



СОГЛАСОВАНО

Директор школы

А.И.Власова



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Союз-К»  
Б.Г. Киселев  
2026г.

Ежедневное меню

2 день «10» марта 2026г.

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                                                                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                                                                                               |              |                  |         |             |                               |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103                                                             | 180          | 8,70             | 13,70   | 28,40       | 220,60                        |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)                                                                                          | 30/5/10      | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                        |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                                                                    | 180          | 0,10             | 0,00    | 14,30       | 57,00                         |
| Итого за прием пищи:                                                                                                  | 405          | 13,20            | 20,40   | 57,30       | 419,20                        |
| II Завтрак                                                                                                            |              |                  |         |             |                               |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                     | 150          | 0,80             | 0,20    | 14,70       | 62,60                         |
| Итого за прием пищи:                                                                                                  | 150          | 0,80             | 0,20    | 14,70       | 62,60                         |
| Обед                                                                                                                  |              |                  |         |             |                               |
| Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,80             | 0,10    | 4,40        | 21,40                         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43                                                                              | 180          | 4,00             | 3,80    | 11,70       | 97,00                         |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ), (говядина) №304                                                                           | 70/30        | 4,70             | 5,30    | 6,00        | 90,40                         |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136                                                                                               | 130          | 3,50             | 4,50    | 22,90       | 132,30                        |
| КИСЕЛЬ №247                                                                                                           | 180          | 1,20             | 0,00    | 26,00       | 105,00                        |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                    | 30           | 2,34             | 0,30    | 14,46       | 70,08                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                               | 30           | 1,88             | 0,30    | 12,40       | 59,40                         |
| Итого за прием пищи:                                                                                                  | 700          | 18,42            | 14,30   | 97,86       | 575,58                        |
| Полдник                                                                                                               |              |                  |         |             |                               |
| ВАФЛИ                                                                                                                 | 50           | 1,4              | 1,7     | 38,7        | 177,0                         |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ №413                                                                                                    | 200          | 3,30             | 2,77    | 17,33       | 108,40                        |
| Итого за прием пищи:                                                                                                  | 250          | 4,70             | 4,47    | 56,03       | 285,40                        |
| Всего за день:                                                                                                        |              | 37,12            | 39,37   | 225,89      | 1342,78                       |

Повар \_\_\_\_\_ Т.В.Ветер