

УТВЕРЖДАЮ



Руководитель  
Бочаров С.Н.  
Дата 02.12.2025

ДЕНЬ: вторник  
НЕДЕЛЯ: первая

СОГЛАСОВАНО

Директор ОО МБОУ с/ш №12  
Дубровская Ф.И.О.  
Дата 02.12.2025

МЕНЮ

2 декабря 2025

Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена руб.	Пищевые вещества,			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	17	0,9	3,05	5,56	53,89
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ОВОЩАМИ	150	22	3,35	5,6	23,57	159,02
КОТЛЕТА РАДУЖНАЯ	90	43	9,32	10,08	10,13	191,14
СОК ФРУКТОВЫЙ /ЯБЛОЧНЫЙ/	200	20	0,97	0,19	19,59	83,42
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	3	1,53	0,12	10,04	47,36
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	3	1,32	0,18	8,48	40,79
ИТОГО:	540	108	17,39	19,22	77,37	575,62
<b>ОБЕД</b>						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ/ЯБЛОКО/	100	15	0,9	0,2	8	47
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ/ГРЕНКИ 200/20	220	32	4,84	3,98	24,64	127,9
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	18	4,58	8,41	28,38	228,14
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ ПОД СЫРНЫМ СОУСОМ	90	53	7,92	12,03	4,45	149,66
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	14	3	2,43	14,75	93,49
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	6	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	6	2,65	0,35	16,96	81,58
ИТОГО:	840	144	26,94	27,65	117,25	822,5
<b>ПОЛДНИК</b>						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ ПП	100	76	7,3	7,33	29,96	252
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	10	3,48	4,43	0	54,6
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	22	0,25	0,01	10,29	43,42
ИТОГО:	315	108	11,03	11,77	40,25	350,02