

УТВЕРЖДАЮ

Исполнительный директор

подпись

Нагучева Ш. С.

расшифровка подписи

Дата: 23.10.2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательного учреждения

подпись

С. Садовое

расшифровка подписи

Дата:

## МЕНЮ

5 ноября 2025 г.

Возрастная категория: 7-11 лет (1-4 кл.)

Неделя - 2, День - 3

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                          | Масса порций, г | Цена, руб. | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность, Ккал |
|---------------------------------------------|-----------------|------------|------------------|-------|----------|-------------------------------|
|                                             |                 |            | Белки            | Жиры  | Углеводы |                               |
| Завтрак                                     |                 |            |                  |       |          |                               |
| Сыр порциями                                | 10 гр           | 10,78      | 2,32             | 2,95  |          | 36                            |
| Масло сливочное                             | 5 гр            | 7,64       | 0,04             | 3,63  | 0,07     | 33                            |
| Запеканка из творога со сметаной 150/20     | 170 гр          | 83,66      | 21,86            | 16,49 | 24,47    | 314,5                         |
| Хлеб ржанопшеничный                         | 20 гр           | 2,02       | 1,60             | 0,24  | 9,80     | 44,4                          |
| Хлеб пшеничный                              | 20 гр           | 1,61       | 1,53             | 0,18  | 11,20    | 50                            |
| Чай с лимоном                               | 200 гр          | 4,06       | 0,13             | 0,02  | 15,20    | 62                            |
| Яблоки свежие                               | 100 гр          | 12,35      | 0,40             | 0,40  | 9,80     | 47                            |
| Итого :                                     | 525             | 122,12     | 27,88            | 23,91 | 70,54    | 586,9                         |
| Обед                                        |                 |            |                  |       |          |                               |
| Кукуруза консервированная                   | 60 гр           | 27,17      | 1,20             | 0,20  | 6,10     | 31,3                          |
| Суп лапша с курицей 200/25                  | 225 гр          | 18,38      | 4,42             | 6,90  | 10,45    | 135,09                        |
| Филе птицы тушеное в соусе 50/50            | 100 гр          | 63,92      | 14,29            | 4,60  | 2,94     | 102,6                         |
| Рис припущенный                             | 150 гр          | 16,37      | 3,64             | 4,30  | 36,67    | 199,95                        |
| Хлеб ржанопшеничный                         | 30 гр           | 3,02       | 2,40             | 0,36  | 14,70    | 66,6                          |
| Хлеб пшеничный                              | 30 гр           | 2,42       | 2,30             | 0,27  | 16,80    | 75                            |
| Компот из смеси сухофруктов                 | 200 гр          | 5,80       | 0,66             | 0,10  | 32,00    | 132                           |
| Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке) | 200 гр          | 54,90      | 6,00             | 6,40  | 9,40     | 120                           |
| Итого :                                     | 995             | 191,98     | 34,91            | 23,13 | 129,06   | 862,54                        |
| Полдник                                     |                 |            |                  |       |          |                               |
| Салат из белокочанной капусты с морковью    | 60 гр           | 5,84       | 0,78             | 1,95  | 3,87     | 36,24                         |
| Котлеты из куриного филе                    | 90 гр           | 58,53      | 14,26            | 13,70 | 15,42    | 234                           |
| Хлеб пшеничный                              | 40 гр           | 3,22       | 3,07             | 0,36  | 22,40    | 100                           |
| Чай с сахаром                               | 200 гр          | 1,67       | 0,07             | 0,20  | 10,01    | 40                            |
| Итого :                                     | 390             | 69,26      | 18,18            | 16,21 | 51,70    | 410,24                        |

Составил:

Технолог

должность

Расчитал:

Бух. калькулятор

должность

Принял:

Шеф-повар

должность

подпись

подпись

подпись

Шелест Е. Н.

расшифровка подписи

Кравченко А. Г.

расшифровка подписи

расшифровка подписи