



СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательного учреждения

Подпись: С. М. Шапкин
расшифровка подписи: С. М. Шапкин
Дата: 20.01.2026

МЕНЮ

4 февраля 2026 г.

Возрастная категория : 12 лет и старше (5-11 кл.)

Неделя - 2, День - 8

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 180/20	200 гр	97,36	25,72	19,40	28,78	370
Хлеб ржанопшеничный	25 гр	2,57	2,00	0,30	13,75	55,5
Хлеб пшеничный	30 гр	2,49	2,30	0,27	16,80	75
Чай с лимоном	180 гр	3,76	0,12	0,01	13,68	55,8
Яблоки свежие	100 гр	12,35	0,40	0,40	9,80	47
Итого :	550	136,95	32,90	26,96	82,88	672,3
Обед						
Кукуруза консервированная	100 гр	45,29	2,00	0,33	10,17	52,17
Суп-лапша с курицей 250/25	275 гр	21,05	5,52	8,62	12,78	168,86
Филе птицы тушеное в соусе 50/50	100 гр	65,26	14,29	4,60	2,94	102,6
Рис припущенный	180 гр	19,66	4,37	5,16	44,00	239,94
Хлеб ржанопшеничный	40 гр	4,13	3,20	0,48	19,60	88,8
Хлеб пшеничный	45 гр	3,74	3,45	0,41	25,20	112,5
Компот из смеси сухофруктов	200 гр	5,80	0,65	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 :	1 140	219,83	39,49	26,10	156,09	1 016,87
Полдник						
Салат из белокочанной капусты с морковью	100 гр	9,72	1,30	3,25	6,45	60,4
Макароны отварные с маслом	180 гр	19,09	6,62	5,42	31,73	201,6
Котлеты из куриного филе	100 гр	66,64	15,84	15,22	17,13	260
Хлеб ржанопшеничный	30 гр	3,10	2,40	0,36	14,70	66,6
Хлеб пшеничный	38 гр	3,16	2,80	0,30	18,60	89
Сок яблочный 0,2 в промышленной упаковке	200 гр	28,60	1,00		20,00	42
Итого :	648	130,31	29,96	24,55	108,61	719,6

Составил: _____
Технолог
должностьРасчитал: _____
Бух. калькулятор
должностьПринял: _____
Шеф-повар
должностьПодпись: С. М. Шапкин
Подпись: С. М. Шапкин
Подпись: _____Шелест Е. Н.
расшифровка подписиКравченко А. Г.
расшифровка подписиПодпись: _____
расшифровка подписи