

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МАОУ «СОШ № 1»
НИКОЛАЕВА Т.Л.

МЕНЮ НА 16 ОКТЯБРЯ 2025 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10,5	10	0,05	7,25	0,08	66
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	26,9	245/11	13,72	13,91	33,66	314
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,91	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	49		17,91	21,58	82,57	594

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

МАСЛО ПОРЦИЯМИ	21	20	0,1	14,5	0,16	132
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	28,4	285/10	15,85	15,07	39,09	355
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,91	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	61		20,09	29,99	88,08	701

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	13,97	60	0,58	6,07	2,19	66
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	39,57	250/26	5,16	3,39	20,07	131
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ	29,66	90(50/40)	15,6	8,57	14,52	198
РИС ОТВАРНОЙ	13,73	150	3,6	9	35,7	238
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	8,78	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	110		29,64	29,09	126,16	874

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	23,28	100	0,9	10,11	3,47	109
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	38,4	250/25	5,16	3,39	20,07	131
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ	30,77	100(50/50)	12,7	10,1	12,6	184
РИС ОТВАРНОЙ	16,48	180	4,58	10,8	42,84	275
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	8,78	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	122		28,04	36,46	132,66	940

ПОЛДНИК

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	15,13	75	8,46	7,34	31,9	229
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	11,34	200	1,04	0	30,96	123
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	23,53	105	0,95	0,21	8,51	42
ИТОГО	50		10,45	7,55	71,37	394

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ТИМОФЕЕВА Л.М.
ЕГОРОВА И. И.