

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 12 ЯНВАРЯ 2026 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
СЫР ПОРЦИЯМИ	8,21	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	29,15	245/14	15,09	13,92	38,82	340
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,95	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	49		21,68	17,19	87,65	590

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
СЫР ПОРЦИЯМИ	8,21	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	41,15	285/23	17,35	16,45	44,87	397
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,95	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	61		23,94	19,72	93,7	647

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОР	13,44	60.	0,48	0,12	3,12	12
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, С МЯС	36,26	200/19	5,9	3,11	15,98	118
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	41,24	100(50/50)	14,28	18,06	7,27	248
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	8,79	150	5,1	9,15	34,2	241
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	5,98	200.	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	110		30,46	31,38	112,1	845

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОР	22,4	100	0,8	0,2	5,2	20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, С МЯС	37,5	250/18	7,08	3,62	19,96	147
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	41,24	100(50/50)	14,28	18,06	7,27	248
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	10,59	180	6,38	10,9	41	292
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	5,98	200.	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	122		33,24	33,72	124,96	933

ПОЛДНИК						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	6,95	100.	7,44	13,16	60,9	392
СОК ФРУКТОВЫЙ	27,93	200	1,4	0,2	26,4	120
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	15,12	79	0,71	0,16	6,4	32
ИТОГО	50		9,55	13,52	93,7	544

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ТИМОФЕЕВА Л.М.
ЕГОРОВА И.И.