

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 13 ЯНВАРЯ 2026 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. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ | 31,79     | 245/16    | 13,96 | 12,12 | 32,09    | 294                  |
| ЧАИ С САХАРОМ              | 2,02      | 200.      | 0,2   | 0,05  | 15,01    | 57                   |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ             | 4,69      | 50        | 3,8   | 0,4   | 24,3     | 119                  |
| ИТОГО                      | 49        |           | 18,01 | 19,82 | 71,48    | 536                  |

**ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)**

|                            |       |        |       |      |       |     |
|----------------------------|-------|--------|-------|------|-------|-----|
| МАСЛО ПОРЦИЯМИ             | 10,5  | 10     | 0,05  | 7,25 | 0,08  | 66  |
| КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ | 43,79 | 285/25 | 16,27 | 14,7 | 37,37 | 348 |
| ЧАИ С САХАРОМ              | 2,02  | 200.   | 0,2   | 0,05 | 15,01 | 57  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ             | 4,69  | 50     | 3,8   | 0,4  | 24,3  | 119 |
| ИТОГО                      | 61    |        | 20,32 | 22,4 | 76,76 | 590 |

**ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)**

|                                          |       |           |       |      |        |     |
|------------------------------------------|-------|-----------|-------|------|--------|-----|
| САЛАТ ПОЛОНЫНСКИЙ                        | 14    | 60        | 0,7   | 6,42 | 2,74   | 71  |
| БОРЩ С КАП. И КАРТ. С МЯСОМ, СО СМЕТАНОИ | 33,77 | 200/16/5  | 3,56  | 7,82 | 10,67  | 109 |
| ТЕФТЕЛИ                                  | 42,18 | 90(60/30) | 11,5  | 13,7 | 10,3   | 206 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ               | 9,63  | 150       | 8,76  | 6,62 | 43,08  | 271 |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                         | 6,13  | 200       | 0,2   | 0,04 | 25,73  | 100 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                     | 4,29  | 60        | 4,5   | 0,9  | 25,8   | 126 |
| ИТОГО                                    | 110   |           | 29,22 | 35,5 | 118,32 | 883 |

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**

|                                          |       |            |       |       |        |      |
|------------------------------------------|-------|------------|-------|-------|--------|------|
| САЛАТ ПОЛОНЫНСКИЙ                        | 23,33 | 100.       | 1,16  | 10,07 | 4,57   | 114  |
| БОРЩ С КАП. И КАРТ. С МЯСОМ, СО СМЕТАНОИ | 33,4  | 250/14/5   | 3,95  | 6,86  | 13,29  | 131  |
| ТЕФТЕЛИ                                  | 43,3  | 100(60/40) | 12,8  | 15,22 | 11,44  | 229  |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ               | 11,55 | 180        | 10,51 | 7,94  | 51,7   | 325  |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                         | 6,13  | 200        | 0,2   | 0,04  | 25,73  | 100  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                     | 4,29  | 60         | 4,5   | 0,9   | 25,8   | 126  |
| ИТОГО                                    | 122   |            | 33,12 | 41,03 | 132,53 | 1025 |

**ПОЛДНИК**

|                             |       |       |      |      |       |     |
|-----------------------------|-------|-------|------|------|-------|-----|
| СОСИСКА В ТЕСТЕ             | 14,24 | 25/25 | 4,98 | 7,3  | 14,95 | 145 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 12,39 | 200   | 0,44 | 0    | 28,88 | 116 |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ )      | 23,37 | 159   | 0,64 | 0,64 | 15,58 | 72  |
| ИТОГО                       | 50    |       | 6,06 | 7,94 | 59,41 | 333 |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ТИМОФЕЕВА Л.М.  
ЕГОРОВА И.И.