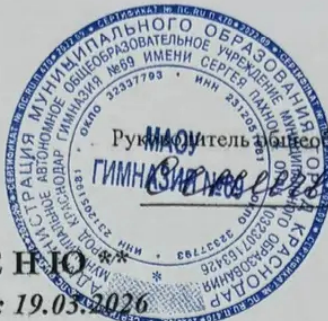


/Краснододов В. А.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель образовательной организации

М Е Н Ю

Дата: 19.03.2026

Возрастная категория 12 и старше

Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

* очищенный картофель

Наименование блюда	Масса порций, грамм	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углевод ы	
Завтрак						
Яйцо вареное	40	17,25	3,09	4,00	0,30	56
Сыр порционно	15	17,03	3,27	2,10		32
Запеканка творожно-ванильная с фруктовым соусом (180/20)	200	113,21	10,21	15,21	41,90	362
Чай с сахаром	200	1,64	0,20		6,50	27
Хлеб пшеничный	40	4,56	2,80	0,80	20,00	96
Хлеб ржаной	20	2,52	1,20	0,20	9,00	42
Фрукты свежие (яблоко)	100	9,51	0,40	0,40	9,80	47
Итого :	615	165,72	21,17	22,71	87,5	662
Обед						
Овощи в нарезке (огурцы свежие)	100	31,83	0,83	0,17	2,50	14
Суп с лапшой	250	5,68	4,06	8,54	14,50	86
Гюля-кебаб "Нежность" с соусом сметанно-чесночным (100/20)	120	104,53	13,20	13,70	7,80	264
Каша гречневая вязкая	180	8,96	4,70	5,70	38,63	223
Компот из свежих плодов (яблоки)	180	6,49	0,30	0,14	10,15	43
Хлеб пшеничный	40	4,56	2,80	0,80	20,00	96
Хлеб ржаной	30	3,78	1,80	0,30	13,50	63
Кондитерские изделия (ирис)	20	10,75	0,50	1,50	19,00	90
Итого :	920	176,58	28,19	30,85	126,08	879
Полдник						
Пирожок печеный с джемом	75	20,89	6,39	6,93	24,15	198
Кофейный напиток с молоком	180	15,56	2,84	2,41	14,35	90
Фрукты свежие (груша)	100	24,70	0,40	0,30	10,30	47
Итого :	355	61,15	9,63	9,64	48,8	335



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель образовательной организации

МЕНЮ

Дата: 19.03.2026

Возрастная категория 7-11 лет

Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

** очищенный картофель

Наименование блюда	Масса порций, грамм	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
Яйцо вареное	40	17,25	3,09	4,00	0,30	56
Сыр порционно	10	11,35	2,18	1,40		21
Запеканка творожно-ванильная с фруктовым соусом	160	89,48	9,16	12,05	32,50	290
Чай с сахаром	200	1,64	0,20		6,50	27
Хлеб пшеничный	30	3,42	2,10	0,60	15,00	72
Хлеб ржаной	20	2,52	1,20	0,20	9,00	42
Фрукты свежие (яблоко)	100	9,51	0,40	0,40	9,80	47
Итого :	560	135,17	18,33	18,65	73,1	555
Обед						
Овощи в нарезке (огурцы свежие)	60	19,10	0,50	0,10	1,50	9
Суп с лапшой	200	4,68	3,25	6,83	11,60	69
Люля-кебаб "Нежность" с соусом сметанно-чесночным (90/20)	110	94,92	12,10	12,55	7,15	242
Каша гречневая вязкая	150	7,47	3,92	4,75	31,52	186
Компот из свежих плодов (яблоки)	180	6,49	0,30	0,14	10,15	43
Хлеб пшеничный	40	4,56	2,80	0,80	20,00	96
Хлеб ржаной	20	2,52	1,20	0,20	9,00	42
Кондитерские изделия (ирис)	20	10,75	0,50	1,50	19,00	90
Итого :	780	150,49	24,57	26,87	109,92	777
Полдник						
Пирожок печеный с джемом	75	20,89	6,39	6,93	24,15	198
Кофейный напиток с молоком	180	15,56	2,84	2,41	14,35	90
Фрукты свежие (груша)	100	24,70	0,40	0,30	10,30	47
Итого :	355	61,15	9,63	9,64	48,8	335

