



Меню 7 день 13.01.2026г.

Для обучающихся 1-4 классов (льготное питание)

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.блюд	Цена
Филе грудки, припущенные с овощами	100	12,70	9,40	3,30	169,00	39,16
Рис отварной	150	3,90	5,10	40,30	225,20	13,66
Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	18,60	74,00	12,40
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,20	0,40	22,00	104,00	3,20
Печенье сахарное дет	10	0,75	0,10	7,25	40,45	2,60
Итого		23,55	15,00	91,45	612,65	71,02

Для обучающихся, питающихся за счет родит.взноса(5-11 классы)

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.блюд	Цена
Филе грудки, припущенные с овощами	100	15,70	9,40	3,30	169,00	39,16
Рис отварной	150	3,90	5,10	40,30	225,20	13,66
Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	18,60	74,00	12,40
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,20	0,40	22,00	104,00	3,20
Итого		19,90	14,90	84,20	572,20	68,42

Для обучающихся ММС (5-11кл)

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углево	Калор:блюд	Цена
Филе грудки, припущенные с овощами	100	15,70	9,40	3,30	169,00	39,16
Рис отварной	150	3,90	5,10	40,30	225,20	13,66
Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	18,60	74,00	12,40
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,20	0,40	22,00	104,00	3,20
Сыр (порциями)	20	4,74	6,08	0,00	75,00	18,12
Печенье сахарное детское	25	1,82	2,38	18,04	101,12	6,50
Итого		29,36	23,36	102,24	748,32	93,04

Для обучающихся СВО, ОВЗ (5-11кл)

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.блюд	Цена
Филе грудки, припущенные с овощами	100	13,30	14,63	1,89	192,53	39,16
Рис отварной	150	3,70	5,93	38,81	223,40	13,66
Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	18,60	74,00	12,40
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,20	0,40	22,00	104,00	3,20
Яблоки свежее	150	0,60	0,00	17,00	69,00	20,25
Итого		20,80	20,96	98,30	662,93	88,67

Для обучающихся с ОВЗ, ДИ, СВО 1-4 кл. (обед)

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.бл	Цена
Свекольник	250	1,90	6,30	10,10	104,20	10,21
Биточки мясные с соусом	100	0,76	8,11	4,31	93,52	62,08
Картофельное пюре	200	4,30	8,10	31,00	215,00	25,01
Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	15,18
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,20	0,40	22,00	104,00	3,20
Итого		12,95	26,10	87,12	635,41	115,68

Для обучающихся с ОВЗ, ДИ, СВО 5-11 кл. (обед)

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.блю	Цена
Свекольник	250	2,19	5,11	16,07	119,47	10,21
Биточки мясные	100	0,76	8,11	4,31	93,52	62,08
Картофельное пюре	200	4,45	8,90	30,12	218,96	25,01
Кофейный напиток на молоке	200	2,79	3,19	19,71	118,69	15,18
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,20	0,40	22,00	104,00	3,20
Сок фруктовый	200	4,00	0,00	12,00	198,00	29,00
Итого		17,39	25,71	104,21	852,64	144,68

Старший повар

Л.З.Камалитдинова