

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор

Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 января 2026 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, н, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак 5-11кл														
Каша молочная манная жидкая 200; 205	200	6,16	8,24	30,32	160,00	0,07	0,54			130,19		19,31	0,42	
Сырники из творога 100/8; 241	100	6,14	3,44	38,45	205,45		1,19			0,69		0,03	0,07	
Чай с лимоном и сахаром 200; 302	200	0,20		9,30	38,00		1,12			2,73		0,73	0,06	
Хлеб пшеничный витаминизированный 50; 420	50	4,00	1,00	35,00	135,00									
Итого		16,50	12,68	113,07	538,45	0,07	2,85			133,61		20,07	0,55	84,47
Обед 5-11кл														
Щи "Новгородские"(уфа) 250; 285	250	2,09	6,33	8,49	89,00	0,05	12,00			31,82		19,09	0,70	
Рыба тушеная в томате с овощами 100Н(***); 80	100	8,90	4,40	4,70	94,00	0,01	1,30			8,09		9,68	0,29	
Картофель отварной 180/10(***); 144	180	3,60	7,45	27,08	198,00	0,16	7,44			17,72		38,50	1,52	
Компот из смеси сухофруктов 200; 310	200	0,50	0,10	30,90	123,00	0,06	0,11			14,19		8,07	0,89	
Хлеб рж-пшеничный витаминизированный ; 421	60	4,32	1,08	25,80	125,40	0,10	5,10						2,16	
Итого		19,41	19,36	96,97	629,40	0,38	25,95			71,82		75,34	5,56	92,64

Начальник ОДП

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Школьное меню для организации питания обучающихся.

20 января 2026 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Ca	Р	Mg	Fe	
Завтрак 1-4кл														
Каша молочная манная жидкая 150; 205	150	4,58	6,17	22,75	166,00	0,01	0,04			97,28		14,48	0,00	
Сырники из творога 100/8; 241	100	6,14	3,44	38,45	205,45		1,19			0,69		0,03	0,07	
Чай с лимоном и сахаром 200; 302	200	0,20		9,30	38,00		1,12			2,73		0,73	0,06	
Хлеб пшеничный витаминизированный 50; 420	50	4,00	1,00	35,00	135,00									
Итого		14,92	10,61	105,50	544,45	0,01	2,35			100,70		15,24	0,13	76,96
Обед 1-4кл														
Щи "Новгородские"(уфа) 200; 285,01	200	1,67	5,06	6,79	71,20	0,04	9,60			25,46		15,27	0,56	
Рыба тушеная в томате с овощами 90Н(***); 80	90	8,01	3,95	4,23	84,60	0,01	1,17			7,28		8,71	0,26	
Картофель отварной 150/5(***); 144	150	3,00	3,68	22,58	141,75	0,13	6,20			14,40		32,09	1,26	
Компот из смеси сухофруктов 200; 310	200	0,50	0,10	30,90	123,00	0,06	0,11			14,19		8,07	0,89	
Хлеб рж-пшеничный витаминизированный ; 421	60	4,32	1,08	25,80	125,40	0,10	5,10						2,16	
Итого		17,50	13,87	90,30	545,95	0,33	22,18			61,33		64,14	5,13	86,07

Начальник ОДП