



Меню 10 день 16.01.2026г.



Для обучающихся 1-4 классов (льготное питание)

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.блюд	Цена
Рыба(филе) тушеная в томате с овощами	140	14,52	8,03	7,51	160,29	47.66
Макаронные изделия отварные	200	7,36	7,06	47,10	281,50	9.74
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,00	15,00	60,64	7.46
Хлеб пшеничный обогатщенный витаминами	40	3,20	0,40	22,00	104,00	3.20
Итого		25,24	15,49	91,61	606,43	68.06

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

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.блюд	Цена
Рыба(филе) тушеная в томате с овощами	140	14,52	8,03	7,51	160,29	47.66
Макаронные изделия отварные	200	7,36	7,06	47,10	281,50	9.74
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,00	15,00	60,64	7.46
Хлеб пшеничный обогатщенный витаминами	40	3,20	0,40	22,00	104,00	3.20
Итого		25,24	15,49	91,61	606,43	68.06

Для обучающихся ММС (5-11кл)

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.блд	Цена
Рыба(филе) тушеная в томате с овощами	140	14,52	8,03	7,51	160,29	47.66
Макаронные изделия отварные	200	7,36	7,06	47,10	281,50	9.74
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,00	15,00	60,64	7.46
Хлеб пшеничный обогатщенный витаминами	40	3,20	0,40	22,00	104,00	3.20
Итого		25,24	15,49	91,61	606,43	68.06

Для обучающихся СВО, ОВЗ (5-11кл)

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.блюд	Цена
Рыба(филе) тушеная в томате с овощами	140	14,52	8,03	7,51	160,29	47.66
Макаронные изделия отварные	200	7,36	7,06	47,10	281,50	9.74
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,00	15,00	60,64	7.46
Хлеб пшеничный обогатщенный витаминами	40	3,20	0,40	22,00	104,00	3.20
Итого		25,24	15,49	91,61	606,43	68.06

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

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.блюд	Цена
Суп из овощей	250	1,90	5,90	12,60	115,20	10.28
Плов из филе птицы	210	37,20	45,30	41,10	747,10	46.08
Чай с сахаром	200	0,12	0,00	12,04	48,64	2.84
Сыр	24					
Хлеб обогатщенный витаминами	40	3,20	0,40	22,00	104,00	3.20
Итого		42,42	51,60	87,74	1014,94	62,40

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

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.блюд	Цена
Суп из овощей	250	1,90	5,90	12,60	115,20	10.28
Плов из филе птицы	210	37,20	45,30	41,10	747,10	46.08
Чай с сахаром	200	0,12	0,00	12,04	48,64	2.84
Сыр	24					
Хлеб обогатщенный витаминами для детского питания	40	3,20	0,40	22,00	104,00	3.20
Яблоко	113	0,60	0,00	17,00	69,00	20.25
Итого		43,02	51,60	104,74	1083,94	82.65

Старший повар  Л.З.Камалтдинова