

Шеф повар Байзигитова Р.Г.

Утверждаю.
Директор школы
Имамбаев Р.Р



МЕНЮ НА 01.09. 2025

ГОРЯЧЕЕ БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ С 7 ДО 11 ЛЕТ

№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	ЗАВТРАК						
19	Салат из моркови	80		182,3	4,95	6,3	26,53
1	Котлеты мясные пф с томатным соусом	130		52,8	0,08	5,7	0,08
184	Каша ячневая рассыпчатая	155		31	2,44	2,36	0
285	Чай с лимоном и сахаром	207		35	0,1	0	9,1
СГР	Хлеб пшеничный	50		95,6	2,9	0	18,9
281	Кисломолочный продукт	207		151	5,7	6,3	17,6
	ИТОГО	832	71,09	718,58	27,97	28,91	86,65

ДЕТИ С 11 ЛЕТ И СТАРШЕ

№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	ЗАВТРАК						
19	Салат из моркови	100		93	2	9	5,29
1	Котлеты мясные пф с томатным соусом	140		306,6	14	14	12,95
184	Каша ячневая рассыпчатая	185		214,8	5,88	4,44	37,08
285	Чай с лимоном и с сахаром	207		61,62	0,07	0,01	15,31
СГР	Хлеб пшеничный	50		39,06	4	0	7,81
281	Кисломолочный продукт	210		151	5,7	6,3	17,6
	Итого			866,08	31,65	33,75	96,04
	ОБЕД						
27	Салат из свеклы с яблоками	100		78	0,8	5,1	7,4
63	Суп картофельный с горохом и гречками	250		248,75	9,88	5,3	39,38
2	Тефтели мясные пф	100/40		306,6	14	14	12,95
224	Рагу овощное	180		181,8	4,05	10,35	18,18
311	Витаминизированный кисель	200		20	0,25	0	4,8
	Хлеб пшеничный	25		50	2	0	10
	Хлеб ржаной	25		50	2	0	10

	ИТОГО		168,04	935,15	60,63	164,5	195,05
--	-------	--	--------	--------	-------	-------	--------