

пн 2

«Согласовано»

 Директор СОШ

 Подпись *Ольга*



Меню на « 6 » 04 2026г
 Возрастная категория с 12 лет и старше

Завтрак

Наименование блюда	Вес блюда, г	белки	жиры	углеводы	Энерг. Ценн.	№ рецептуры
Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом	260	7,64	12,97	82,65	389,11	173
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,98	77,12	8
Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63	209
Батон пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	140,28	к/к
Итого за завтрак	560	18,16	18,45	129,91	669,51	

Обед

Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. Ценн.	№ рецептуры
Суп картофельный с бобовыми	250	5,49	5,28	16,33	134,75	102
Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288
Рассольник домашний	260	4,20	4,07	10,20	95,60	95
Плов из птицы	250	19,305	20,58	52,50	489,94	291
Салат из соленых огурцов	100	0,87	3,12	2,62	59,80	17
Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20	349
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	к/к
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	к/к
Итого за обед	870	31,38	30,98	125,63	938,08	