



СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательного учреждения

Нагучева Ш. С.
расшифровка подписи

расшифровка подписи

Дата: 30.01.2026

М Е Н Ю

30 января 2026 г.

Возрастная категория : 7-11 лет (1-4 кл.)

Неделя - 1, День - 5

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций, г	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
Кукуруза консервированная	60 гр	27,17	1,20	0,20	6,10	31,3
Омлет натуральный	150 гр	53,51	15,14	22,86	2,76	276
Хлеб ржанопшеничный	20 гр	2,07	1,60	0,24	9,80	44,4
Батон пшеничный	20 гр	2,22	2,20	0,87	17,40	78,6
Пряники	34 гр	5,30	2,05	3,40	25,16	139,04
Кофейный напиток с молоком	200 гр	15,59	3,16	2,68	15,94	50
Яблоки свежие	100 гр	12,35	0,40	0,40	9,80	47
Итого :	584	118,21	25,75	30,65	86,96	666,34
Обед						
Салат из квашеной капусты	60 гр	16,01	1,20	3,00	5,08	51,42
Рассольник ленинградский с курицей	225 гр	31,04	7,92	5,93	9,60	84
Жаркое по-домашнему (свинина) 70/130	200 гр	79,62	14,05	33,71	30,81	437,6
Хлеб ржанопшеничный	30 гр	3,10	2,40	0,36	14,70	66,6
Хлеб пшеничный	40 гр	3,33	3,07	0,36	22,40	100
Сок яблочный 0,2 в промышленной упаковке	200 гр	28,60	1,00		20,00	42
Апельсины свежие	100 гр	24,44	0,40	0,30	10,30	47
Вафли "Золотце мое"	15 гр	6,12	0,75	4,50	9,00	79,5
Итого :	870	192,26	30,79	48,16	121,89	908,12
Полдник						
Бутерброд с сыром 30/5/15	50 гр	26,72	5,80	8,30	15,23	157
Чай с лимоном	200 гр	4,17	0,13	0,02	15,20	62
Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200 гр	54,90	6,00	6,40	9,40	120
Итого :	450	85,79	11,93	14,72	39,83	339

Составил: _____
Технолог
должность

Расчитал: _____
Бух. калькулятор
должность

Принял: _____
Шеф-повар
должность

_____ подписи
_____ подписи
_____ подписи

Шелест Е. Н.
расшифровка подписи

Кравченко А. Г.
расшифровка подписи

_____ расшифровка подписи