УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАУ «Питание +»

_____ В. А. Яковлева

СОГЛАСОВАНО:

Директор МАОУ Большеключинская СОШ им. Н. Кевалу

Кевалов Н.Ф.

10 дневное меню на 2025-2026 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 7 (Вторник)

11.11.2025

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	330/223	Запеканка творож.со сметан.соус	215(180/35)	409,5	28,74	21,95	23,41	62,82
2.	376	Чай с сахаром	200/15	56,85	0,1	0,03	14,99	3,53
3.	2	Бутерброд с повидлом	55	156,7	2,38	4,39	27,11	10,23
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,33
5.	209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	10,83
		Итого :	**550**	**781,05**	**39,34**	**31,29**	**85,23**	**90,74**

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	Цена,руб
1.	67	Винегрет овощной.	100	124,34	1,34	10,11	6,86	8,31
2.	82	Борщ с капустой картофелем со смет.	255(250/5)	114,89	2,04	5,96	14,37	10,28
3.	294/331	Котлеты из филе птицы рублен. с томат. соусом	100(50/50)	110,05	9,79	10,39	10,8	33,88
4.	304	Рис отварной	200	266,9	4,88	8,14	47,83	17,18
5.	349	Компот из сухофруктов	200	126,05	0,57	0,00	32,21	5,70
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	0,00	3,57
		Итого	**895**	**840,23**	**21,74**	**34,96**	**112,07**	**78,92**