

Осенне-зимний  
Школьная столовая  
День: четверг  
Неделя: вторая  
Возрастная группа: 12 лет и старше

"Утверждаю"  
Директор МБОУ "Сятракаснская СОШ"  
\_\_\_\_\_/В.А.Прокопьев/

Меню на 27.11.2025

ЗАВТРАК

| № по СР | Наименование блюда   | Выход (гр) | Пищевая ценность |        |       |       | Витамины и минеральные вещества |      |      |      |      |        |        |       |      |
|---------|----------------------|------------|------------------|--------|-------|-------|---------------------------------|------|------|------|------|--------|--------|-------|------|
|         |                      |            | Цена             | Ккал   | Белки | Жиры  | Углев.                          | В1   | С    | А    | Е    | Са     | Р      | Mg    | Fe   |
| 733     | Бутерброд с маслом с | 40         | 13,66            | 146,2  | 2,36  | 8,49  | 14,66                           | 0,03 | 0    | 0,04 | 0,13 | 8,4    | 22,5   | 4,2   | 0,35 |
| 881     | Макароны отварные с  | 205        | 25,01            | 286,32 | 10,97 | 9,41  | 38,33                           | 0,07 | 0,14 | 0,07 | 1,1  | 66,21  | 121,92 | 14,52 | 1,13 |
| 724     | Какао с молоком      | 200        | 12,98            | 143    | 3,97  | 3,42  | 26,08                           | 0,04 | 1,3  | 0,02 | 0,01 | 125,12 | 116,2  | 31    | 0,98 |
| 569     | Хлеб пшеничный       | 40         | 2,58             | 95,2   | 3,04  | 0,32  | 19,44                           | 0,04 | 0    | 0    | 0,04 | 8      | 26     | 5,6   | 0,44 |
| 698     | Яблоки св.порциями   | 100        | 15,29            | 45     | 0,4   | 0,4   | 9,8                             | 0,03 | 4    | 0,01 | 0,4  | 10     | 8      | 2     | 1    |
|         | Итого                | 585        |                  | 715,72 | 20,74 | 22,04 | 108,3                           | 0,21 | 5,44 | 0,14 | 1,68 | 217,73 | 294,62 | 57,32 | 3,9  |

Цена: 69,52

ОБЕД

|     |                                     |     |       |        |       |      |       |      |       |      |      |        |        |        |      |
|-----|-------------------------------------|-----|-------|--------|-------|------|-------|------|-------|------|------|--------|--------|--------|------|
| 739 | Салат из белокочанной капусты       | 100 | 4,45  | 86,07  | 1,48  | 5,08 | 8,98  | 0,03 | 36,01 | 0,21 | 2,32 | 40,57  | 29,96  | 16,42  | 0,54 |
| 458 | Суп крестьянский с крупой           | 250 | 11,75 | 138,86 | 5,53  | 7,94 | 16,56 | 0,05 | 18    | 0,23 | 2,36 | 23,5   | 50,1   | 20,75  | 0,65 |
| 613 | Котлеты рубленные с соусом (Нежные) | 100 | 45,7  | 112,91 | 5,74  | 7,21 | 15,66 | 0,51 | 11,05 | 0,14 | 1,64 | 17,76  | 64,64  | 21,98  | 1,33 |
| 588 | Каша гречневая рассыпчатая          | 200 | 12,8  | 354,48 | 11,46 | 8,65 | 56,25 | 0,28 | 0     | 0,03 | 0,81 | 19,75  | 271,74 | 180,99 | 6,08 |
| 707 | Компот из изюма                     | 200 | 8,93  | 108,83 | 0,36  | 0    | 28,06 | 0,03 | 0     | 0    | 0,1  | 15,87  | 25,59  | 8,33   | 0,6  |
| 851 | Хлеб Дарницкий                      | 40  | 2,43  | 98     | 2,72  | 0,52 | 14,28 | 0,02 | 0     | 0    | 0    | 4,2    | 18,96  | 5,64   | 0,47 |
|     | Итого                               | 890 |       | 899,15 | 27,29 | 29,4 | 139,8 | 0,92 | 65,06 | 0,61 | 7,23 | 121,65 | 460,99 | 254,11 | 9,67 |

Цена: 86,06