УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАУ «Питание +»

_____ В. А. Яковлева

СОГЛАСОВАНО:

_____ Иванов Ю.Г.

10 дневное меню на 2025-2026 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

04.12.2025

День 4(Четверг)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб.
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	3	Бутерброд с сыром	*50*	*162,8*	*5,76*	*7,95*	*14,62*	**19,76**
2.	175	Каша из риса и пшена с маслом	*260(250/10)*	*320,97*	*7,40*	*14,12*	*40,97*	**22,78**
3.	376	Чай с сахаром	*200/15*	*56,85*	*0,1*	*0,03*	*14,99*	**3,53**
4.		Хлеб пшеничный	*40*	*95,2*	*3,04*	*0,32*	*19,44*	**3,33**
		Итого	**550**	**635,82**	**16,3**	**22,42**	**90,02**	**49,40**

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	Цена,руб
1.	52	Салат из свеклы отварной	*100*	*89,85*	*1,35*	*6,08*	*7,87*	**6,27**
2.	88	Щи из св. капусты с кар.со сметаной	*255(250/5)*	*98,12*	*1,85*	*5,94*	*8,26*	**8,52**
3.	269/331	Биточки рублен. с томат.соусом	*100(50/50)*	*180,63*	*7,93*	*12,29*	*10,20*	**46,25**
5.	309	Макароны отварные	*200*	*260,59*	*7,03*	*6,5*	*42,3*	**11,13**
6.	348	Компот из чернослива	*200*	*92,81*	*0,34*	*0,00*	*23,65*	**13,07**
7.		Хлеб дарницкий	*40*	*75,60*	*2,92*	*0,52*	*14,20*	**3,57**
		Итого	**895**	**797,60**	**21,42**	**31,33**	**106,48**	**88,81**