УТВЕРЖДАЮ: **СОГЛАСОВАНО:**

Директор МАУ «Питание +»

_____ **В. А. Яковлева**

10-дневное меню на 2025-2026 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 5 (Пятница)

05.12.2025

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб.
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	*200*	*359,91*	*11,64*	*8,70*	*57,26*	**12,03**
2.	15	Сыр порциями	*25*	*90*	*5,75*	*5,95*	*0,00*	**20,25**
3.	382	Какао с молоком	*200*	*143*	*3,79*	*3,2*	*25,81*	**10,38**
4.	338	Фрукты	*100*	*40*	*0,8*	*0,3*	*8,10*	**15,34**
5.		Хлеб пшеничный	*40*	*95,2*	*3,04*	*0,32*	*19,44*	**3,33**
		Итого	**565**	**728,11**	**25,02**	**18,47**	**110,61**	**61,33**

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб.
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	67	Винегрет овощной	*100*	*124,34*	*1,34*	*10,11*	*6,86*	**8,31**
2.	96	Рассольник Ленинградский со сметаной	*255(250/5)*	*134,1*	*2,23*	*6,06*	*16,91*	**8,55**
3.	290/330	Птица, тушен. в сметан соусе	*100(50/50)*	*113,6*	*14,42*	*19,99*	*2,95*	**26,71**
4.	310	Картофель отварной	*230*	*222,23*	*4,45*	*7,26*	*34,07*	**13,15**
5.	342	Компот из св.яблок	*200*	*108,96*	*0,16*	*0,16*	*27,87*	**8,06**
6.		Хлеб дарницкий	*40*	*75,60*	*2,92*	*0,52*	*14,20*	**3,57**
		Итого	**925**	**778,83**	**25,52**	**44,10**	**102,86**	**68,35**