

Утверждаю

Директора

М.В. Косов
С.В. Сивов
2026г.

Утверждаю
Начальник МАУ "ЦФХО" Ядринского
муниципального округа

Н.В. Авакумова

2026г.

на

13.03.26

2026г.

День 5 (пятница)

Завтрак								
№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена, руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	2	Бутерброд с повидлом (хлеб пшеничный, масло сливочное, повидло)	15	55	2,4	3,87	27,83	156
2	173	Каша вязкая овсяная с маслом 200/10 (молоко, овсяные хлопья, сахар, масло сливочное)	23,00	210	9,04	13,44	40,16	318
3	382	Какао с молоком (какао, молоко, сахар)	12,00	200	4,08	3,54	17,58	119
		Итого завтрак:	50,00	465	16	21	86	593

Обед с 7 - 11 лет

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена, руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	24	Салат из свежих помидоров и огурцов (томаты, огурцы, лук репчатый, масло растительное)	16	60	0,58	3,64	2,18	42,5
2	132*	Рассольник ленинградский с мясом пыльёнка и сметаной 200/20/8 (картофель, рис, огурцы соленные, лук реп., морковь, масло сливочное)	20	228	6	6,52	16,4	143
3	259	Жаркое по-домашнему из свинины 50/125 (свинина, картофель, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное)	47	175	12,3	29,5	16,58	383
4	348	Компот из чернослива (чернослив, сахар, лимонный сок)	12	200	0,35	0,11	23,61	98,4
5		Печенье	10	25	1,82	4,8	17,65	115
6		Хлеб ржано-пшеничный	5	60	3,36	0,66	1,02	138
		Итого обед:	110	748	24,41	45,23	77,44	919,90

Полдник

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена, руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1		Булочка ванильная	25	100	7,9	8,12	44,48	283
2	376	Чай с сахаром 200/15	4,00	215	0,07	0,02	15	60
		Итого за полдник:	29	315,00	7,97	8,14	59,48	343,00

А.И. Тимофеев