

Утверждаю
Директор *МБОУ "МБОУ" г. Ядрин*
С.В. Сидорова
2026г.

Утверждаю
Начальник МАУ "ЦФХО" Ядринского
муниципального округа
Н.В. Аввакумова
2026г.

на

18.03.26 2026г.

День 7 (вторник)

Завтрак								
№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	222	Пудинг из творога со сгущенным молоком 50/20 (творог, крупа манная, изюм, сметана, яйцо, масло сливочное, сахар, сухари)	27,00	70	9,06	7,09	23,21	193
2	377	Чай с лимоном 200/15/7 (чай, сахар, лимон)	5,00	222	0,13	0,02	15,2	62
3	338	Фрукты свежие — яблоки	15,00	100	0,4	0,4	9,8	47
4		Хлеб пшеничный	3,00	30	2,37	0,3	0,45	70
		Итого завтрак:	50,00	422,00	11,96	7,81	48,66	372,00

Обед с 7- 11 лет

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	47	Салат из квашеной капусты (капуста квашеная, лук репчатый, масло раст.)	11	60	1,03	3	5,1	52
2	110*	Борщ с капустой и картофелем с мясом пылленка и сметаной 200/20/8 (свекла, капуста, картофель, морковь, лук реп., томатная паста, сахар, масло сливочное)	20	228	5,2	7,08	10,8	119,8
3	295/330	Котлеты рубленые из бройлер пылленка с соусом сметанным 50/30 (мясо цыпленка, хлеб пшен., сухари, масло раст., сметана, мука)	34	80	8,04	9,07	9,5	152
4	312	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл.)	15	150	3,09	4,8	20,4	137
5	348	Компот из кураги (курага, сахар, лимон кис)	12	200	0,78	0,05	27,63	115
6		Кондитерское изделие	13	20	1,32	5,28	11	97
7		Хлеб ржано-пшеничный	5	60	3,36	0,66	1,02	138
		Итого обед:	110	798	22,82	29,94	85,45	810,80

Полдник

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1		Пирожок печеный с капустой	30	100	6,28	2,56	36,7	195
2	388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника, сахар)	7	200	0,68	0,28	20,76	88,2
		Итого за полдник:	37	300,00	6,96	2,84	57,46	283,20