

Согласовано:

МАОУ Большевикская сош
им. братьев Сергеевых
Директор *Иванов Ч.П.*

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ «Питание +»

В. А. Яковлева

10 дневное меню на 2026-2027 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше.

День 5 (Пятница)

27.03.. 2026

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	12,96
2.	15	Сыр порциями	25	90	5,75	5,95	0,00	18,48
3.	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	12,93
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	4,06
		Итого	565	728,11	25,02	18,47	110,61	63,77

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб.
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	29	Салат из сырых овощей	100	83,30	1,1	6,2	5,7	13,14
2.	96	Рассольник Ленинградский со сметаной	255(250/5)	134,1	2,23	6,06	16,91	8,86
3.	289	Рагу из птицы	230	273,39	16,90	13,95	19,93	56,57
4.	342	Компот из свежих яблок	200	108,96	0,16	0,16	27,87	7,00
5.		Хлеб дарницкий	40	75,60	2,92	0,52	14,20	3,28
		Итого	825	665,35	23,31	26,89	84,61	88,85