

Согласовано

Директор

МАОУ Басильевская СОШ
им. братьев Семеновых

Утверждаю

Директор МАОУ «Питание+

В. А. Яковлева

10 дневное меню на 2025-2026 учебный год

Возрастная категория: с 12 лет и старше

День 3 (Среда)

Завтрак

08.04.2026

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	14	Масло сливочное порциями	10	74,8	0,05	8,25	0,08	10,50
2.	223	Запеканка творожная с сгущенным молоком (творог, яйцо, сахар, масло сливочное)	220(200/20)	493,29	31,68	23,99	37,47	71,24
3.	377	Чай с лимоном	200/15/7	59,16	0,16	0,03	15,2	4,68
4.	13	Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,06
5.	338	Фрукты	100	45	0,4	0,4	9,8	15,34
		Итого	570	767,45	35,33	32,99	81,99	105,82

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	23	Салат из свежих помидоров (помидоры, лук, масло сливочное)	100	75,82	1,09	6,15	3,48	18,02
2.	103	Суп картофельный с макарон. изд. (картофель, вермишель, морковь, лук)	250	121,95	2,82	2,79	20,91	8,59
3.	227/330	Рыба припущенная с сметанным соусом (минтай, лук, сметана)	100(50/50)	65,76	9,29	1,78	3,29	33,12
4.	312	Пюре картофельное (картофель, масло сливочное)	230	253,42	4,78	12,51	30,23	16,11
5.	348	Компот из изюма	200	108,83	0,36	0,00	28,06	9,63
	209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	13,00
6.	14	Хлеб дарницкий	40	94,50	3,65	0,65	17,75	3,28
		Итого	920,00	783,08	27,07	28,48	104,00	101,75