



Согласовано
Директор

МАОУ «Большевская СОШ
им. братьев Свётовых»



Утверждаю
Директор МАУ «Питание»
В. А. Яковлева

10 дневное меню на 2025-2026 учебный год

Возрастная категория: с 12 лет и старше.

День 6 (Понедельник)

13.04.2026

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	3	Бутерброд с сыром	50	162,8	5,76	7,95	14,83	19,17
2.	173	Каша молочная пшеничная с маслом(пшено, масло сливочное, молоко)	210(200/10)	320,30	8,53	12,28	43,61	16,14
3.	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	12,93
4.	13	Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	4,06
5.	338	Фрукты	100	45	0,4	0,4	9,8	15,34
		Итого	580	718,70	20	23,99	103,77	67,64

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	20	Салат из свежих огурцов(огурцы,масло растительное)	100	67,24	0,76	6,09	2,38	18,45
2.	102	Суп картофельный с горохом (горох, картофель, лук, морковь)	250	148,29	5,13	5,33	19,5	8,64
3.	291	Плов из птицы(рис, филе курицы, лук, морковь, масло растительное)	200	295,3	15,0	10,3	35,7	61,34
4.	348	Компот из кураги	200	124,18	1,08	0,00	31,33	8,43
5.	14	Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	0,00	3,28
		Итого	790	733,01	25,09	22,08	88,91	100,14