



Согласовано

Директор

МАОУ "Белашанская с/ш
им. "Братьев Ситковских"



Утверждаю

Директор МАУ «Питание»

В. А. Яковлева

10 дневное меню на 2025-2026 учебный год

Возрастная категория: с 12 лет и старше

День 8 (Среда)

15.04.2026

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	14	Масло сливочное порциями	10	74,80	0,05	8,25	0,08	10,50
2.	174	Каша молочная пшениная с маслом(рис, масло сливочное, молоко)	210(200/10)	281,28	5,89	11,16	38,83	19,87
3.		Чай с фруктовым соком	200	33	0,54	0,1	8,58	5,10
4.	13	Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,06
5.	338	Фрукты	100	42	0,4	0,4	9,5	15,34
		Итого	560	526,28	9,92	20,23	76,43	54,87

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	47	Салат из квашеной капусты(капуста квашеная, лук, сахар)	100	125,08	2,4	7,49	11,52	10,86
2.	111	Суп с макаронными изделиями (картофель, лук, морковь, вермишель, масло сливочное)	250	118,02	2,28	5,02	15,66	8,59
3.	227/330	Рыба припущенная с сметанным соусом(минтай, лук)	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 чернослива	200	92,81	0,34	0,00	23,65	13,99
6.	14	Хлеб дарницкий	40	94,5	3,65	0,65	17,75	3,28
		Итого	920	749,59	22,74	27,45	102,10	85,95