



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАУ «Питание +»

В. А. Яковлева

СОГЛАСОВАНО:

И. И. Иванова

И. И. Иванова

10 дневное меню на 2025-2026 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше.

День 1(Понедельник)

12.01.2026

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	15	Сыр порциями	25	90	5,75	5,97	0,00	20,25
2.	173	Каша молоч.пшениная с маслом	210(200/10)	320,3	8,53	12,28	43,61	20,87
3.	379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,12	2,51	24,96	10,38
4.		Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	2,92
5.	338	Фрукты	100	40	0,80	0,3	8,10	15,34
		Итого	555	644,2	19,72	21,22	86,12	69,76

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	43	Салат из б/к капусты.	100	86,07	1,48	5,08	8,98	7,42
2.	102	Суп картоф. с горохом	250	148,29	5,13	5,33	19,5	5,12
3.	269/331	Котлеты рублен. с томат. соусом	100(50/50)	172,94	8,34	10,46	11,90	46,25
4.	309	Макароны отварные	200	267,03	7,24	6,52	43,61	11,13
5.		Чай с фруктовым соком	200	33	0,54	0,1	8,58	7,10
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	0,00	3,57
		Итого	910,00	888,53	40,49	30,17	123,31	80,58