

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАУ «Питание +»

В. А. Яковлева
В. А. Яковлева



СОГЛАСОВАНО:



Иванов И.И.

10 дневное меню на 2025-2026 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 2(Вторник)

13.01.2026

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	173	Каша мол. из овсяных хлопьев с маслом	260(250/10)	347,78	9,45	16,52	40,25	13,07
2.	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	10,38
3.	2	Бутерброд с повидлом	55	156,7	2,38	4,39	27,11	10,23
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,33
5.		Итого	555	742,68	18,66	24,43	112,61	37,01

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	67	Винегрет овощной	100	124,34	1,34	10,11	6,86	8,31
2.	82	Борщ с капустой картоф. со сметаной	255(250/5)	114,89	2,04	5,96	14,37	10,28
3.	279/331	Тефтели рубленые с томатным соусом	110(50/60)	139,1	7,47	8,37	8,05	38,18
4.	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	210(200/10)	359,91	11,64	8,70	57,26	12,03
5.	349	Компот из смеси сухофруктов	200	126,05	0,57	0,00	32,21	5,70
6.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	3,57
		Итого	915	962,29	26,18	33,50	118,75	78,07