

Согласовано

Директор

МАОУ "Беломестовская СОШ
им. Б. С. Селезнева" Ачинского и.о.
Чувашской Республики
Н.П. Иванов

Утверждаю

Директор МАУ «Питание+»

В. А. Яковлева

10 дневное меню на 2026-2027 учебный год

Возрастная категория: с 12 лет и старше

День 6 (Понедельник)

Завтрак

07.09.2026

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб.
				Ккал	Белки	Жиры	Угле воды	
1.	3	Бутерброд с сыром	50	157	5,8	8,3	14,83	20,05
2.	174	Каша молочная рисовая с маслом (рис, молоко, масло сливочное)	210(200/1 0)	138,95	2,81	5,28	19,90	24,82
3.	382	Какао с молоком	200	125,10	3,78	0,67	26,00	15,11
4.	13	Хлеб пшеничный	40	52,40	1,50	0,58	10,28	2,40
5.	338	Фрукты (Груши/яблоки)	100	47	0,4	0,3	10,3	20,46
		Итого	600	520,45	14,29	15,13	81,31	82,84

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб.
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	45	Салат из белокочанной капусты (свежая капуста, морковь, лук, масло растительное)	100	139,00	5,03	10,60	39,5	7,47
2.	102	Суп картофельный с горохом (горох, картофель, лук, морковь)	250	147,50	5,88	4,66	19,95	7,95
3.	309	Макароны отварные (макароны, масло растительное)	200	282,7	7,14	10,5	39,9	11,20
4.	260	Гуляш (свинина или говядина, лук, масло растительное)	120(70/50)	158,37	10,42	12,01	2,14	52,94
5.	348	Компот из кураги	200	123	1,04	0,00	30,96	10,16
6.	14	Хлеб дарницкий	40	81,58	2,65	0,35	16,96	3,80
		Итого	910	932,16	32,16	38,12	149,41	93,52