

Согласовано

Директор

ИНОУ, Бирюковская СОШ
им. Бр. Семеновых Аликского м.о.
Чувашской РеспубликиА.Т. Иванов
С.И. Иван

10 дневное меню на 2026-2027 учебный год

Утверждаю

Директор МАУ «Питание+»

В. А. Яковлева

В. А. Яковлева

Возрастная категория: с 12 лет и старше

День 8 (Среда)

Завтрак

09.09.2026

№ 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.	173	Каша молочная пшённая с маслом (пшено, масло сливочное, молоко)	200/10	285,00	7,51	11,72	37,05	21,85
3.	50	Чай с фруктовым соком	200	95,00	0,34	0,02	9,47	7,75
4.	13	Хлеб пшеничный	40	104,8	3,00	1,16	20,56	4,80
5.	338	Фрукты (груши/яблоки)	100	47	0,4	0,3	10,3	20,46
		Итого	560	606,6	11,3	21,45	77,46	65,36

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб.
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	67	Винегрет (картофель, свёкла, морковь, огурцы солёные, капуста квашеная, лук, масло растительное)	100	94,80	1,36	6,18	8,44	11,77
2.	82	Борщ с капустой картофелем со сметаной (картофель, лук, морковь, свёкла, масло растительное)	250/5	147,00	5,8	4,6	19,9	16,46
3.	291	Плов из птицы (рис, филе курицы, морковь, лук, масло растительное)	200	295,3	15,00	10,3	35,70	59,68
4.	349	Компот из смеси сухофруктов	200	123,00	1,04	0,00	30,96	6,21
5.	14	Хлеб дарницкий	40	81,58	2,65	0,35	16,96	3,80
		Итого	795	741,68	25,85	21,43	111,96	97,92