

Согласовано

Директор

И.А.ОУ "Богдановская СОШ
им. бр. Селенковых" Ачинского м.о
Чувашской Республики

И. П. Иванов

И. 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 1 (Понедельник)

14.09.2026

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб.
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	15	Сыр порциями	25	71,66	4,64	5,90	0,01	19,02
2.	175	Каша из риса и пшена с маслом (рис, пшено, молоко, масло сливочное)	260(250/10)	321,90	7,52	13,8	8,4	24,83
3.	379	Кофейный напиток с молоком	200	155,20	3,6	2,67	29,20	12,00
4.	13	Хлеб пшеничный	40	52,40	1,50	0,58	10,28	2,40
		Итого	525	601,16	17,26	22,95	47,89	58,25

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб.
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	43	Салат из белокочанной капусты (свежая капуста, морковь, масло растительное)	100	273,6	5,03	10,6	39,5	7,47
2.	103	Суп картофельный с макаронными изделиями (картофель, лук, морковь ,вермишель)	250	48,94	1,10	1,12	8,42	10,90
3.	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом (гречка, масло сливочное)	200	309,1	11,87	5,47	53,12	16,81
4.	285/331	Тефтели рубленые с томатным соусом (говядина, рис, лук, масло растительное)	120(70/50)	147,23	10,62	9,77	4,96	50,70
5.	50	Чай с фруктовым соком	200	95	0,34	0,02	24,53	7,75
6.	14	Хлеб дарницкий	40	81,58	2,65	0,35	16,96	3,80
		Итого	910	955,45	31,61	27,33	147,49	97,43