

Согласовано

Директор

МАУ «Болшевотмечка» МН
и.и.ср Селиванова "Аликовского МО
Чувашской Республики
Н.А. Иванова

Утверждаю

Директор МАУ «Питание+»

В. А. Яковлева

10 дневное меню на 2026-2027 учебный год

Возрастная категория: с 12 лет и старше

День 3 (Среда)

Завтрак

16.09.2026

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб.
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	14	Масло сливочное порциями	10	74,8	0,05	8,25	0,08	10,50
2.	223	Запеканка творожная с сгущённым молоком (творог, яйцо, сахар, масло сливочное)	220(200/20)	372,80	37,12	24,0	43,20	81,36
3.	377	Чай с лимоном	200/15/7	41,6	0,53	0,0	9,87	6,33
4.	13	Хлеб пшеничный	40	104,8	3,00	1,16	20,56	4,80
		Итого	470	594,0	40,7	33,41	73,71	102,99

Обед

№ п/ п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб.
				Ккал	Белки	Жиры	Углев оды	
1.	47	Салат из квашеной капусты (капуста квашеная, лук, сахар, масло растительное)	100	85,7	1,26	15,06	7,65	11,10
2.	82	Борщ с капустой картофелем со сметаной (картофель, свёкла, лук, морковь, масло растительное)	250/5	147	5,8	4,6	19,9	16,46
3.	245	Тефтели рыбные (минтай, пшеничный хлеб, лук, масло растительное)	120(70/50)	154	11,48	8,12	8,96	49,84
4.	312	Пюре картофельное (картофель, масло сливочное)	200	206	4,2	7,4	29,3	22,17
5.	348	Компот из изюма	200	128	0,36	0,00	33,16	9,16
	209	Яйцо варёное	40	62,84	5,08	4,6	0,28	10,00
6.	14	Хлеб дарницкий	40	81,58	2,65	0,35	16,96	3,80
		Итого	950	865,12	30,83	40,13	116,21	122,53