

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

Директор МАУ «Питание +»

В. А. Яковлева



Иванов И.А.

10 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше.

День 10 (Пятница)

23.01.2026

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб.
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	182	Каша полбяная молочная с маслом	260(250/10)	351,13	11,47	12,62	46,01	19,79
2.	379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,12	2,51	24,69	10,38
3.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,33
4.	338	Фрукты	100	40	0,8	0,3	8,10	15,34
5.		Итого	550	632,63	18,43	15,75	98,24	48,84

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб.
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	52	Салат из свеклы	100	89,85	1,35	6,08	7,87	6,27
2.	103	Суп картофельный с макарон. изд.	250	121,95	2,82	2,79	20,91	7,26
3.	290/330	Птица, тушен. в сметан. соусе	100(50/50)	113,6	14,42	19,99	2,95	26,71
4.	302	Каша гречневая рассыпчатая	200	359,91	11,64	8,7	57,26	12,03
5.	342	Компот из св.яблок	200	108,96	0,16	0,16	27,87	8,06
6.		Хлеб дарницкий	40	75,6	2,92	0,52	14,2	3,57
		Итого	890	869,87	33,31	38,24	131,06	63,90