

Бюджетный фонд
школьного питания
«ПОДРОСТОК»

Согласовано
Начальник лагеря



8

Меню школьника
Столовой общеобразовательной школы
10 Июля 2026 г
Пятница (5 день)

№ рец.	Наименование блюд	Выход 7-11 лет	Выход 12-18 лет	Энергетическая ценность							
				Белки		Жиры		Углеводы		Калор-ть, в ккал.	
				7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	45237	43435
ЗАВТРАК											
366**	Сыр порциями	15	15	3,46	3,46	4,42	4,42	0	0	54,6	54,6
112****	Плоды свежие (яблоки)	150	150	0,6	0,6	0,6	0,6	14,7	14,7	70,5	70,5
Ттк№ 1.6	Оладьи домашние	140	170	11,13	13,52	11,13	13,52	57,68	70,04	375,37	455,81
481****	Молоко сгущенное	20	20	0	0	19,97	19,97			179,8	179,8
294**	Чай с лимоном	200	200	0,07	0,07	0,01	0,01	15,31	15,31	61,62	61,62
108****	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	19,68	29,52	94	141
	ИТОГО	565	615	18,3	22,21	36,45	39	107,37	129,57	835,89	963,33
ОБЕД											
11м11д	Салат «Степной»	80	100	1,45	1,82	6,21	7,78	10,8	13,5	104,61	130,78
128****	Борщ с капустой и картофелем	210	260	1,52	1,88	4,2	5,2	8,94	11,07	79,8	98,8
405****	Курица в соусе с томатом	110	120	12,46	13,6	12,34	13,46	3,75	4,09	176	192
510*	Каша вязкая(гречневая)	160	200	4,8	6	7,2	9	23,84	29,8	182,4	228
512****	Компот из плодов или ягод сушеных(курага)	200	200	0,3	0,3	0	0	20,11	20,11	81	81
108****	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	19,68	29,52	94	141
110****	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40	50	2,64	3,3	0,48	0,6	13,6	17	72,4	90,5
	ИТОГО	840	990	26,21	31,46	30,75	36,52	100,72	125,09	790,21	962,08
	ВСЕГО	1405	1605	44,51	53,67	67,2	75,52	208,09	254,66	1626,1	1925,41

Зав.производством: Засухина Т.В.

Калькулятор: Честных О.В.

ЗАСУХИНА Т.В.

ЧЕСТНЫХ О.В.