



Меню школьника
Столовой общеобразовательной школы
17 Июля 2026 г
Пятница (11 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	7-11	12-18
ЗАВТРАК											
366**	Сыр (порциями)	30	30	6,96	6,96	8,85	8,85	0	0	109,2	109,2
260****	Каша "Дружба"	200	250	5,26	6,575	11,656	14,57	21,2	26,5	226,2	282,75
498****	Какао с молоком сгущенным (1-й вариа	200	200	3,7	3,7	3,8	3,8	24,5	24,5	147	147
Ттк № 1.0	Зефир	50	50	0,33	0,33	0	0	40	40	163,3	163,3
108****	Хлеб пшеничный	50	50	3,8	3,8	0,4	0,4	24,6	24,6	117,5	117,5
	ИТОГО	530	580	20,05	21,365	24,706	27,62	110,3	115,6	763,2	819,75
ОБЕД											
Дели № 2	Салат "Зимний"	100	100	1,93	1,93	12,76	12,76	12	12	170,5	170,5
128****	Борщ с капустой и картофелем	250	250	1,8	1,8	5	5	10,64	10,64	95	95
219**	Каша гречневая рассыпчатая	180	180	10,47	10,47	6,51	6,51	54	54	316,57	316,57
405****	Курица в соусе с томатом	120	120	13,59	13,59	13,46	13,46	4,09	4,09	192	192
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	50	3,03	3,8	0,31	0,4	19,68	24,6	94	117,5
110****	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	35	35	2,3	2,3	0,41	0,41	11,9	11,9	63,35	63,35
	ИТОГО	925	935	33,42	34,19	38,45	38,54	132,42	137,34	1012,42	1035,92
	ВСЕГО	1455	1515	53,47	55,555	63,156	66,16	242,72	252,94	1775,62	1855,67

Зав.производством: Засухина Т.В.

Калькулятор: Честных О.В.