

МБОУ Красноармейский УВК имени Героя Советского Союза Лавренова А.Ф.

Утверждаю: \_\_\_\_\_ С.Н. Дрокачук

(подпись директора /ФИО директора)

Дата: 16.04.2026

Ежедневное меню

*Возрастная категория: 7-11 лет*

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Овощи	60	1,10	3,65	5,02	58,34
	Рыба припущенная	105	12,00	8,30	6,70	102,40
	Картофельное пюре	150	3,36	7,36	28,00	192,00
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
	Хлеб ржаной	20	1,38	0,24	8,48	42,80
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	12,60	50,20
<b>Итого за завтрак</b>		545	20,27	19,87	75,29	515,88
<b>Стоимость, руб.</b>	<b>85,55 руб.</b>					
Обед	Овощи	60	1,64	4,31	8,73	80,30
	Рассольник ленинградский со сметаной	205	1,75	4,82	9,76	96,30
	Яйца варёные	40	5,08	4,60	0,28	63,00
	Макароны с сыром	165	9,18	23,01	31,98	292,50
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
	Компот	200	0,66	0,09	32,04	132,80
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого за обед</b>		800	21,08	37,53	107,08	782,04
<b>Стоимость, руб.</b>	<b>96,04 руб.</b>					

*Возрастная категория: 12 лет и старше*

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Овощи	100	1,43	6,09	8,36	93,90
	Рыба припущенная	115	13,14	9,09	7,34	112,15
	Картофельное пюре	180	4,03	8,80	33,60	230,00
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	140,28
	Хлеб ржаной	30	2,07	0,36	12,72	64,20
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	12,60	50,20
<b>Итого за завтрак</b>		665	25,47	24,96	103,60	690,73
<b>Стоимость, руб.</b>	<b>90,97 руб.</b>					
Обед	Овощи	100	2,73	7,19	14,50	133,80
	Рассольник ленинградский со сметаной	255	2,16	6,09	12,10	117,60
	Яйца варёные	40	5,08	4,60	0,28	63,00
	Макароны с сыром	200	14,92	14,30	36,70	325,40
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
	Хлеб ржаной	40	2,76	0,48	16,96	85,60
	Компот	200	0,66	0,09	32,04	132,80
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого за обед</b>		965	31,08	33,45	136,87	975,34
<b>Стоимость, руб.</b>	<b>115,87 руб.</b>					

Ответственный по питанию:

Медицинский работник:

Заведующий производством: