



«УТВЕРЖДАЮ»
ДИРЕКТОР МАОУ «Средняя школа № 1»

Беликов С. В.

9 декабря 2025 г.

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА

на 10 декабря 2025 г.

ЗАВТРАК

7-11 лет

12-18 лет

Наименование блюд	выход,г	цена,руб.	C,мг	ккал.	выход,г	цена,руб.	C,мг	ккал.
Котлета Сибирская с соусом сметанно-томатным	120	67,19	6,88	200,69	150	86,71	7,64	207,04
Каша гречневая рассыпчатая	150	5,35		195,84	180	6,53		230,17
Чай с шиповником	200	2,72	30,10	53,93	200	2,72	30,10	53,93
Хлеб пшеничный	40	6,20		94,00	40	6,20		94,00
Груша	125	42,77	6,25	58,75	125	42,77	6,25	58,75
ИТОГО ЗАВТРАК:	635	124,23	43,23	603,21	695	144,93	43,99	643,89

ОБЕД

7-11 лет

12-18 лет

Наименование блюд	выход,г	цена,руб.	C,мг	ккал.	выход,г	цена,руб.	C,мг	ккал.
Огурец свежий	60	22,32	6,00	9,00	100	36,72	10,00	15,00
Суп картофельный с макаронами с говядиной	210	20,96	13,80	132,25	260	23,38	17,10	152,08
Рыба, запеченная в сметанном соусе	90	49,30	0,53	153,71	100	54,84	0,59	170,79
Картофельное пюре	150	20,77	10,20	129,80	180	25,53	31,16	173,36
Компот из сухофруктов	200	5,64	0,34	86,90	200	5,64	0,34	86,90
Хлеб пшеничный	20	3,16		47,00	30	4,70		70,50
Хлеб ржано-пшеничный	50	6,90		99,00	60	7,96		118,80
Мандарин	150	45,00	38,00	57,00	150	45,00	38,00	57,00
ИТОГО ОБЕД:	930	174,05	68,87	714,66	1080	203,77	97,19	844,43

ПОЛДНИК

7-11 лет

12-18 лет

Наименование блюд	выход,г	цена,руб.	C,мг	ккал.	выход,г	цена,руб.	C,мг	ккал.
Пирожок с мясом и рисом	75	67,50	1,04	208,34	75	67,50	1,04	208,34
Сок фруктовый	200	28,80	4,00	92,00	200	28,80	4,00	92,00
Груша	125	42,77	6,25	58,75	125	42,77	6,25	58,75
ИТОГО ПОЛДНИК:	400	139,07	11,29	359,09	400	139,07	11,29	359,09
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1 965	437,35	123,39	1676,96	2 175	487,77	152,47	1847,41

Калькулятор

М. И.

Отзеляева М. И.

Зав.производством

Б. В.

Напольских В. В.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!