



«УТВЕРЖДАЮ»  
ДИРЕКТОР МАОУ «Средняя школа № 1»

Беликов С. В.

10 декабря 2025 г.

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА

на 11 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.
Масло сливочное	10	15,00		66,10	10	15,00		66,10
Сыр полутвердый	15	19,01	0,11	54,60	15	19,01	0,11	54,60
Яйцо вареное	40	12,00		62,80	40	12,00		62,80
Каша вязкая молочная из рисовой крупы	210	26,70	1,30	264,14	210	26,70	1,30	264,14
Чай с сахаром и лимоном	200	4,44	2,90	47,79	200	4,44	2,90	47,79
Батон	40	8,28		94,00	40	8,28		94,00
Яблоко	110	24,20	11,00	51,70	110	24,20	11,00	51,70
<b>ИТОГО ЗАВТРАК:</b>	<b>625</b>	<b>109,63</b>	<b>15,31</b>	<b>641,13</b>	<b>625</b>	<b>109,63</b>	<b>15,31</b>	<b>641,13</b>

## ОБЕД

7-11 лет

12-18 лет

Наименование блюд	выход,г	цена,руб.	C,мг	ккал.	выход,г	цена,руб.	C,мг	ккал.
Салат из свеклы с зеленым горошком	60	12,30	5,90	69,95	100	20,12	9,83	116,58
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	225	31,64	16,63	147,93	275	33,66	20,68	172,81
Бифштекс рубленый с соусом сметанно-томатным	120	67,95	3,53	238,86	130	76,42	3,84	267,63
Макароны отварные	150	20,14		179,14	180	23,91		243,36
Компот из вишни	200	16,97	3,00	54,29	200	16,97	3,00	54,29
Хлеб пшеничный	20	3,08		47,00	30	4,84		70,50
Хлеб ржано-пшеничный	50	6,90		99,00	60	8,08		118,80
Банан	185	48,57	18,50	177,60	185	48,57	18,50	177,60
<b>ИТОГО ОБЕД:</b>	<b>1010</b>	<b>207,55</b>	<b>47,56</b>	<b>1013,77</b>	<b>1160</b>	<b>232,57</b>	<b>55,85</b>	<b>1221,57</b>

## ПОЛДНИК

7-11 лет

12-18 лет

Наименование блюд	выход,г	цена,руб.	C,мг	ккал.	выход,г	цена,руб.	C,мг	ккал.
Кекс творожный	50	51,00	0,32	188,27	50	51,00	0,32	188,27
Чай с сахаром	200	1,78		47,79	200	1,78		47,79
Яблоко	110	24,20	11,00	51,70	110	24,20	11,00	51,70
<b>ИТОГО ПОЛДНИК:</b>	<b>360</b>	<b>76,98</b>	<b>11,32</b>	<b>287,76</b>	<b>360</b>	<b>76,98</b>	<b>11,32</b>	<b>287,76</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1 995</b>	<b>394,16</b>	<b>74,19</b>	<b>1942,66</b>	<b>2 145</b>	<b>419,18</b>	<b>82,48</b>	<b>2150,46</b>

Калькулятор

Отзеляева М. И.

Зав.производством

Напольских В. В.

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**