



«УТВЕРЖДАЮ»  
ДИРЕКТОР МАОУ «Средняя школа № 1»

Беликов С. В.

2 декабря 2025 г.

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА

на 3 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 из минтая с соусом сметанным	120	45,39	1,18	186,57	150	58,37	1,31	211,44
Картофель отварной	150	20,24	30,80	168,16	180	25,05	37,20	143,22
Чай с шиповником	200	2,70	30,10	53,93	200	2,70	30,10	53,93
Хлеб пшеничный	40	6,16		94,00	40	6,16		94,00
Яблоко	110	24,61	11,00	51,70	110	24,61	11,00	51,70
<b>ИТОГО ЗАВТРАК:</b>	<b>620</b>	<b>99,10</b>	<b>73,08</b>	<b>554,36</b>	<b>680</b>	<b>116,89</b>	<b>79,61</b>	<b>554,29</b>

## 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	14,92	60,91	100	37,05	24,87	101,52
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	225	30,93	16,63	147,93	275	32,98	20,68	172,81
Пельмени мясные отварные с маслом	245	87,39	2,34	483,83	285	101,12	2,78	559,42
Компот из черной смородины	200	19,05	40,00	52,69	200	19,05	40,00	52,69
Хлеб пшеничный	20	3,08		47,00	30	4,86		70,50
Хлеб ржано-пшеничный	50	6,76		99,00	60	8,13		118,80
Мандарин	150	45,38	38,00	57,00	150	45,38	38,00	57,00
<b>ИТОГО ОБЕД:</b>	<b>950</b>	<b>214,91</b>	<b>111,89</b>	<b>948,36</b>	<b>1100</b>	<b>248,57</b>	<b>126,33</b>	<b>1132,74</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
Йогурт питьевой	200	54,33	1,20	114,00	200	54,33	1,20	114,00
Яблоко	110	24,61	11,00	51,70	110	24,61	11,00	51,70
<b>ИТОГО ПОЛДНИК:</b>	<b>360</b>	<b>129,94</b>	<b>12,52</b>	<b>353,97</b>	<b>360</b>	<b>129,94</b>	<b>12,52</b>	<b>353,97</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1 930</b>	<b>443,95</b>	<b>197,49</b>	<b>1856,69</b>	<b>2 140</b>	<b>495,40</b>	<b>218,46</b>	<b>2041,00</b>

Калькулятор

Мария

Отзеляева М. И.

Зав.производством

Мария

Напольских В. В.

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**