



«УТВЕРЖДАЮ»

ДИРЕКТОР МАОУ «Средняя школа № 1»

Беликов С. В.

5 февраля 2026 г.

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА

на 6 февраля 2026 г.

ЗАВТРАК

7-11 лет

12-18 лет

| Наименование блюд | выход,г | цена,руб. | С,мг | ккал. | выход,г | цена,руб. | С,мг | ккал. |
|-----------------------|------------|---------------|--------------|---------------|------------|---------------|--------------|---------------|
| Соус болоньезе | 90 | 75,71 | 5,14 | 154,15 | 100 | 90,62 | 5,71 | 171,28 |
| Макароны отварные | 150 | 21,20 | | 179,14 | 180 | 26,83 | | 243,36 |
| Какао на молоке | 200 | 19,10 | 1,30 | 109,45 | 200 | 19,10 | 1,30 | 109,45 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 6,61 | | 94,00 | 40 | 6,61 | | 94,00 |
| Яблоко | 110 | 24,48 | 10,00 | 47,00 | 110 | 24,48 | 10,00 | 47,00 |
| ИТОГО ЗАВТРАК: | 590 | 147,10 | 16,44 | 583,74 | 630 | 167,64 | 17,01 | 665,09 |

ОБЕД

7-11 лет

12-18 лет

| Наименование блюд | выход,г | цена,руб. | С,мг | ккал. | выход,г | цена,руб. | С,мг | ккал. |
|---|------------|---------------|--------------|---------------|-------------|---------------|--------------|---------------|
| Салат из свежих огурцов | 60 | 21,27 | 5,70 | 55,36 | 100 | 35,78 | 15,10 | 71,10 |
| Рассольник ленинградский (крупя перловая) с говядиной | 210 | 31,64 | 14,04 | 135,89 | 260 | 35,26 | 17,40 | 163,37 |
| Бефстроганов из куриного филе | 90 | 63,73 | 2,29 | 203,99 | 100 | 71,68 | 2,54 | 226,66 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 5,51 | | 195,84 | 180 | 6,57 | | 230,17 |
| Морс из брусники | 200 | 17,55 | 3,00 | 53,09 | 200 | 17,55 | 3,00 | 53,09 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,28 | | 47,00 | 30 | 4,79 | | 70,50 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 7,23 | | 99,00 | 60 | 8,69 | | 118,80 |
| Мандарин | 150 | 46,15 | 38,00 | 57,00 | 150 | 46,15 | 5,00 | 47,00 |
| ИТОГО ОБЕД: | 930 | 196,36 | 63,03 | 847,17 | 1080 | 226,47 | 43,04 | 980,69 |

ПОЛДНИК

7-11 лет

12-18 лет

| Наименование блюд | выход,г | цена,руб. | С,мг | ккал. | выход,г | цена,руб. | С,мг | ккал. |
|----------------------------|--------------|---------------|--------------|----------------|--------------|---------------|--------------|----------------|
| Булочка сдобная с творогом | 75 | 66,00 | 0,15 | 261,29 | 75 | 66,00 | 0,15 | 261,29 |
| Снежок | 200 | 60,50 | 1,80 | 158,00 | 200 | 60,50 | 1,80 | 158,00 |
| Яблоко | 110 | 24,48 | 10,00 | 47,00 | 110 | 24,48 | 10,00 | 47,00 |
| ИТОГО ПОЛДНИК: | 385 | 150,98 | 11,95 | 466,29 | 385 | 150,98 | 11,95 | 466,29 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1 905 | 494,44 | 91,42 | 1897,20 | 2 095 | 545,09 | 72,00 | 2112,07 |

Калькулятор

Зав.производством

Стёпина В. В.

Напольских В. В.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

