

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"Ген. директор  
должностьТрухтанова О.Ю.  
расшифровка подписи**МЕНЮ НА 11.06.2026****ГБОУ СОШ №1 "ОЦ" п.г.т. Стройкерамика**

для обучающихся 7-11 лет



| Наименование блюда                                    | Выход<br>(г) | Цена<br>(руб) | Ккал     | Белки | Жиры  | Углевод<br>ы | №<br>рецепт. |
|-------------------------------------------------------|--------------|---------------|----------|-------|-------|--------------|--------------|
| <b>завтрак</b>                                        |              |               |          |       |       |              |              |
| Яблоко                                                | 130          |               | 61,10    | 0,52  | 0,52  | 12,74        | 338          |
| Запеканка рисовая с творогом и повидлом               | 200/20       |               | 309,42   | 14,18 | 8,93  | 61,08        | 283,05       |
| Чай с сахаром                                         | 200/10       |               | 39,90    |       |       | 9,98         | 376          |
| Хлеб пшеничный                                        | 50           |               | 124,88   | 3,90  | 1,50  | 25,10        |              |
| Итого за завтрак                                      | 610          |               | 535,3    | 18,60 | 10,95 | 108,90       |              |
| <b>обед</b>                                           |              |               |          |       |       |              |              |
| Салат "Солнышко" из моркови с яблоком                 | 60           |               | 64,87    | 0,59  | 4,09  | 6,20         | 59           |
| Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью | 250/5/1      |               | 90,76    | 1,90  | 5,46  | 8,52         | 88           |
| Мясо духовое с картофелем                             | 280          |               | 405,99   | 15,42 | 26,55 | 26,35        | 258,2        |
| Компот из свежих яблок                                | 200          |               | 78,65    | 0,16  | 0,16  | 18,89        | 342          |
| Хлеб пшеничный                                        | 50           |               | 124,88   | 3,90  | 1,50  | 25,10        |              |
| Хлеб ржаной                                           | 40           |               | 75,52    | 2,40  | 0,40  | 17,58        |              |
| Итого за обед                                         | 886          |               | 840,67   | 24,37 | 38,16 | 102,64       |              |
| Итого за день:                                        |              | 187           | 1 375,97 | 42,97 | 49,11 | 211,54       |              |

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир