

Утверждено: 
Директор А.С.Сысоев

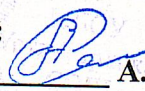


Меню 1-4 класс

на 19.10.2026г. понедельник

Завтрак

Наименование блюд	Масса порции, г	Стоим ость блюда				
			белки	жиры	угл	кал
Сыр твердых сортов в нарезке	10	9,39	2,3	3,0	0	35,8
Масло сливочное (порциями)	10	12,20	0,1	7,3	0,1	66,1
Хлеб пшеничный	50	4,50	3,8	0,4	24,6	117,2
Кофейный напиток с молоком	200	17,20	3,9	2,9	11,2	86,0
Каша Дружба	180	18,60	4,5	5,3	21,6	152,0
Сок ананасовый	200	26,00	0,6	0,2	23,6	98,6
Итого:	650	87,89	15,2	19,1	81,1	555,7

Утверждено:  А.С.Сысоев
Директор

Меню 1 -4 классы
на 19.10.2026г. вторник

Завтрак

Наименование блюд	Масса порции, г	Стоим ость блюда				
			белки	жиры	угл	кал
Салат из белокочанной капусты	70	11,15	1,8	7,1	7,3	100,1
Плов из отварной говядины	180	42,27	13,8	13,3	34,7	313,4
Компот из смеси сухофруктов	200	7,42	0,5	0	19,8	81
Хлеб ржано пшеничный	50	4,5	3,3	0,6	19,8	97,8
Яблоко	100	22,55	0,4	0,4	9,8	44,4
Итого:	600	87,89	19,8	21,04	94,4	637,7

Утверждено: 
Директор А.С.Сысоев

Меню 1-4 класс
на 21.10.2026. среда

Завтрак

Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимос ть блюда				
			белки	жиры	угл	кал
Салат из свежих огурцов и помидоров	60	13,30	0,6	3,1	1,8	37,5
Каша гречневая рассыпчатая	150	13,27	8,2	6,3	35,9	233,7
Хлеб ржано- пшеничный	50		3,3	0,6	19,8	97,8
Курица тушеная с морковью	90	40,63	12,7	5,2	4	113,2
Кисель из смородины	200	7,36	0,2	0,1	12,2	50,6
Печенье	30	8,83				
Итого:	580	87,89	25	15,3	73,7	532,8

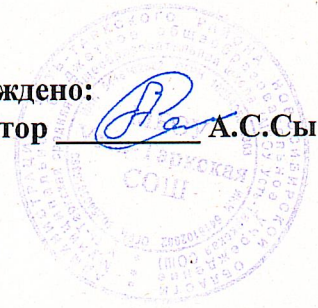
Утверждено:
Директор  А.С.Сысоев

Меню 1-4 классы
на 22.10.2026г. четверг

Завтрак

Наименование блюд	Масса порции, г	Стоим ость блюда				
			белки	жиры	угл	кал
Огурец в нарезке	60	12,78	0,5	0,1	1,5	8,5
Картофельное пюре	150	23,58	3,1	5,3	19,8	139,4
Голубцы ленивые	100	33,19	8,4	7,7	6,4	128,3
Хлеб пшеничный	50	4,50	3,8	0,4	24,6	117,2
Какао с молоком сгущенным	200	13,84	3,5	3,4	22,3	133,4
Итого:	560	87,89	19,3	16,9	74,6	526,8

А.С.СЫСОВ



Меню 1-4 класс

на 23.10.2026г. пятница

Завтрак

Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимость блюда				
			белки	жиры	угл	кал
Салат из свеклы отварной	60	13,79	1,1	2,4	10	65,8
Макароны отварные	150	16,90	5,3	4,9	32,8	196,8
Биточек из говядины ,соус красный основной	125	48,91	15,3	14,2	16,8	256,7
Чай с лимоном и сахаром	200	3,79	0,2	0,1	6,6	27,9
Хлеб ржано-пшеничный	50	4,50	3,3	0,6	19,8	97,8
Итого:	585	87,89	26,2	24,2	77,3	632,4