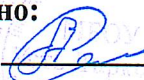


Утверждено:
Директор  А.С.Сысоев

Меню 5 -11 классы
на 12.10.2026г. понедельник

Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимость блюда				
			белки	жиры	угл	кал
Сыр твердых сортов в нарезке	10	8,36	9,3	11,8	0	143,3
Масло сливочное (порция)	10	12,20	0,1	7,3	0,1	66,1
Хлеб пшеничный	20	1,84	1,2	0,2	9,8	46,9
Хлеб ржаной	25	2,80	1,7	0,3	8,4	42,7
Кофейный напиток с молоком	180	13,4	3,5	2,6	6,8	64,3
Каша вязкая молочная пшеничная	200	26,10	8,1	9,2	38,6	270,3
Сок абрикосовый	200	26,00	1,0	0	25,4	105,6
Итого:	675	90,70	25,2	31,4	92,4	752,3

Утверждено: 
Директор А.С.Сысоев

Меню 5 -11 классы
на 13.10.2026г. вторник

Наименование блюд	Масса порции, г	Стоим ость блюда				
			белки	жиры	угл	кал
Помидор в нарезке	60	16,61	0,7	0,1	2,3	12,8
Курица тушеная с морковью	80	43,28	11,3	4,6	3,6	101,1
Каша гречневая рассыпчатая	200	17,69	11	8,5	47,9	311,6
Хлеб пшеничный	30	2,76	2,3	0,2	14,8	70,3
Хлеб ржаной	30	3,36	2,0	0,4	10,0	51,2
Компот из свежих яблок	200	7,00	0,2	0,1	9,9	41,6
Итого:	600	90,70	27,5	13,9	88,4	588,2

Утверждено:
Директор  А.С.Сысоев



Меню 5-11 класс
на 14.10.2026г. среда

Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимос ть блюда				
			белки	жиры	угл	кал
Салат из белокочанной капусты	100	11,15	2,5	10,1	10,4	143
Картофельное пюре	180	23,58	3,7	6,4	23,8	167,2
Хлеб пшеничный	45	4,05	3,4	0,4	22,1	105,5
Хлеб ржаной	40	2,80	2,6	0,5	13,4	68,3
Тефтели из говядины с рисом	120	45,24	14,9	15,7	14,6	258,9
Чай с лимоном и сахаром	200	3,79	0,2	0,1	3	13,4
Итого:	670	90,70	26,4	33	82,3	730,7

Утверждено: 
Директор А.С.Сысоев

Меню 5 -11 классы
на 15.10.2026г. четверг

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
Рис с овощами	200	18,56	4,3	7,6	34,7	223,7
Рыба тушеная с овощами минтай	90	44,96	12,5	6,37	5,6	132,4
Хлеб пшеничный	40	3,68	3	0,3	19,7	93,8
Хлеб ржаной	30	3,36	2	0,4	10	51,2
Кисель из смородины	200	7,36	0,2	0,1	12,2	50,6
Итого:	620	90,7	22,5	15,2	83,7	560,2

Утверждено: 
Директор А.С.Сысоев

Меню 5-11 класс
на 16.10.2026г. пятница

Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимос ть блюда				
			белки	жиры	угл	кал
Макароны отварные	150	16,90	5,3	4,9	32,8	196,8
Салат из капусты с овощами	60	11,15	1,7	4	1,7	50
Хлеб пшеничный	30	2,76	2,3	0,2	14,8	70,3
Хлеб ржаной	20	2,24	1,3	0,2	6,7	34,2
Биточек из курицы	60	27,81	11,5	2,6	8	97,7
Запеканка из творога	100	22,26	19,8	7,1	11,4	188,7
Соус красный основной	50	6,16	2,9	2,9	4,8	57,3
Чай с сахаром	200	1,42	0,2	0,1	2,8	12,3
Итого:	670	90,70	45	21,5	83,1	707,3