

1 день

Утверждаю:

Заведующая структурным
подразделением
Капралихинской ООШ

А.А. Ульянов

16 марта

2026г.

меню для детей

16.03

2026г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак		18,7	23,0	70,7	564,0		
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом	200	7,5	7,7	26,0	203,0		
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157,0		
Какао с молоком	200	3,8	3,5	15,9	110,0		
Йогурт промышленного производства в ассортименте	115	4,5	1,7	5,5	55,0		
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39,0		
Обед		25,8	26,6	143,3	915,9		
Салат из свеклы отварной с чесноком	100	1,4	5,0	6,8	78,0		
или помидор консервированный или свежий	100	0,6	0,2	4,2	21,0		
Суп с овощами и крупой, с мясом	250/10	5,8	4,8	8,3	100,0	29.79	
Фрикадельки из птицы (2 шт. по 50 гр.)	100	10,8	10,9	5,4	162,9	36.44	
Поре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159,0	15.92	
Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138,0	19.00	
Хлеб пшеничный	80	1,6	0,8	35,2	154,0	6.55	
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103,0		
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	107.40	
ИТОГО:		44,5	49,6	214,0	1479,9		

Повар-бригадир Сидникова С.В.