

12 день

Утверждаю:

заведующий структурным
подразделением

Капралихинской ООШ

А.А. Ульянов

13 марта

2026г.

меню для детей на 13.03 2026г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		20,4	23,9	80,3	618,0	
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	200	17,5	14,0	39,0	352	
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	
Фрукт в ассортименте	130	0,3	0,0	14,2	58	
Обед		26,9	34,7	144,7	999,0	
Салат "Степной" из разных овощей	100	1,7	5,0	7,5	82,0	
или Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54,0	
Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123,0	28,10
Шницель из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226,0	44,53
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191,0	10,75
Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138,0	19,00
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	1,2	0,6	26,4	116,0	5,32
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69,0	
Полдник		0,0	0,0	0,0	0,0	107,80
ИТОГО:		47,3	58,6	225,0		

Повар-бригадир Сейтимова СБ