

9 день

Утверждаю:
Заведующая структурным
подразделением
Капралихинской ООШ

А.А. Ульянов

2026г.

10 марта

меню для зала на 2026г.							
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак		20,9	26,5	78,6	636,0		
Каша ячневая жидкая	200	7,6	8,2	20,7	187	45.22	
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	11.52	
Какао с молоком	200	3,8	3,5	15,9	110	44.69	
Йогурт промышленного производства в ассортименте	115	4,5	1,7	5,5	55		
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (печенье затяжное)	50	2,5	3,2	22,0	127	35.00	
Обед		40,6	35,4	118,8	955,0		
Салат из капусты белокачанной с морковью	100	1,6	5,0	9,7	90,0		
или Салат из соленых огурцов с луком	100	1,5	5,0	4,1	67,0		
Суп с рыбными фрикадельками	250/100	12,9	7,2	20,6	199,0	43.44	
Жаркое из птицы	280	21,8	16,8	18,4	312,0	38.69	
Компот из ягод	200	0,2	0,0	16,9	68,0	13.98	
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116,0	4.56	
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103,0		
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	107.70	
ИТОГО:		61,5	61,9	197,4	1591,0		

Повар-бригадир Сейменов О.С.