

7 день

Утверждаю:

Заведующая структурным
подразделением

Капралихинской ООШ

А.А. Ульянов

2026г.

05 марта

меню для зала 2026г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак		10,3	18,0	98,5	596,0		
Каша рисовая жидкая	200	6,4	7,2	27	198	45.44	
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	18.52	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	38.58	
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39		
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		
Фрукт в ассортименте <i>Апельсин</i>	150	0,4	0,4	28	117	48.00	
Обед		30,1	24,7	151,4	947,6		
Овощи консервированные без уксуса	182	0,8	0,1	1,6	10,6		
или Икра кабачковая промышленного производства	105	1,9	4,1	7,7	75,0	12.38	
или Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54,0		
Суп гороховый с мясом и гренками	250/10/20	6,5	4,8	31,8	196,0	25.53	
Биточки рыбные	100	13,2	5,1	18,1	171,0	41.24	
Пюре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159,0	46.71	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	15,2	63	5.43	
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	6.08	
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103		
Полдник		0,0	0,0	0,0	0,0	107.70	
ИТОГО:		40,4	42,7	249,9	1543,6		

Повар-бригадир

Сейменов С.