

11 день

Утверждаю:

заведующий структурным
подразделением Капралихинской ООШ
Капралихинской ООШ

А.А. Ульянов

20 октября

2026г.

меню для детей на 20.10 2026г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		15,9	13,1	93,5	555,0	
Каша манная жидкая	200	5,1	7,1	28,0	196,0	45.42
Бутерброд с джемом или повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116,0	9.30
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101,0	42.53
Йогурт промышленного производства в ассортименте	115	4,9	2,5	6,8	69,0	
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39,0	
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34,0	
Обед		9,3	16,9	105,1	812,0	
Салат из капусты белокочанной	100	2,0	5,1	8,5	88,0	
или Салат из квашеной капусты	100	1,6	5,0	7,1	80,0	
или Салат "Пестрый"	100	1,0	5,1	6,4	76,0	
Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113,0	31.31
Плов из птицы	250	16,1	15,3	41,8	369,0	64.85
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	15,2	63,0	6.38
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116,0	5.16
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103,0	
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	107.70
ИТОГО:		25,2	30,0	198,6	1367,0	

Сейменова С.Г.