

10 день

Утверждаю:

Заведующая структурным
подразделением

Капралихинской ООШ

А.А. Ульянов

19 октября 2026г.

меню для зала 19.10 2026г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак		14,3	13,1	96,6	560,0		
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	44.97	
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	13,5	54	13.30	
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	4.74	
Фрукт в ассортименте	150	0,4	0,4	28,0	117		
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39		
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		
Обед		34,7	46,3	150,2	1156,0		
Салат "Любительский"	100	2,9	5,1	5,8	81,0		
или Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67,0		
Рассольник домашний с птицей, со сметаной	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108,0	34.17	
Печень тушеная в соусе	120	11,5	11,9	5,3	174,0	37.62	
или "Ежики" из мяса с рисом, с соусом (свинина мясная и говядина)	120	7,3	14,0	8,9	191,0		
Макаронные изделия отварные	180	4,1	3,7	44,2	227,0	9.75	
Сок в ассортименте	200	0,3	0,0	22,0	89,0	21.00	
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:		49,0	59,4	246,8	1716,0		

Повар-бригадир

Ситников С.В.