

9 день

Утверждаю:

Заведующая структурным
подразделением

Капралихинской ООШ

А.А. Ульянов

16 октября 2026г.

меню для зала на 16.10 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	45.34	
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	14.20	
Какао с молоком	200	3,8	3,5	15,9	110	111.07	
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		
Обед		40,6	35,4	118,8	955,0		
Салат из капусты белокочанной 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	36.66	
Жаркое из птицы	280	21,8	16,8	18,4	312,0	45.30	
Компот из ягод	200	0,2	0,0	16,9	68,0	20.58	
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:		61,5	61,9	197,4	1591,0		

Повар-бригадир

Сейменов