

## меню на 23.03.2026

**Горячий завтрак ( младшие)**

	выход	стои-сть	белки	жиры	уг-ды	ккалл
яблоко	100		0,40	0,40	9,80	47,00
сосиски отварные	100		9,32	6,06	5,98	95,00
пюре картофельное	200		6,90	11,71	47,90	324,00
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
<b>Всего:</b>	<b>603</b>	<b>92,89</b>	<b>19,46</b>	<b>19,76</b>	<b>80,52</b>	<b>558,67</b>

**Горячий завтрак( старшие)**

капуста квашенная(доп гарнир)	60		1,00	3,00	5,04	51,40
запеканка картофельная с мясом	250		19,78	20,71	71,55	532,00
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
<b>Всего:</b>	<b>560</b>	<b>93,71</b>	<b>25,90</b>	<b>25,54</b>	<b>108,19</b>	<b>746,57</b>

**Завтрак (младшие)**

бутерброд с маслом сливочным(30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136,00
Каша рисовая молочная	185		9,24	9,16	28,23	218,12
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Батон нарезной	75		5,60	2,16	35,36	195,52
<b>Итого:</b>	<b>500</b>		<b>18,72</b>	<b>20,16</b>	<b>87,40</b>	<b>602,71</b>

**Обед (младшие)**

борщ из свежей капусты с картофелем ,со сметаной	200/5		6,57	8,69	16,03	293,10
сосиски отварные	100		9,32	6,06	5,98	95,00
пюре картофельное	200		6,90	11,71	47,90	324,00
капуста квашенная (доп гарнир)	60		1,00	3,00	5,04	51,40
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	45		2,97	0,54	17,82	89,10
<b>Итого:</b>	<b>803</b>	<b>139,01</b>	<b>27,56</b>	<b>28,80</b>	<b>122,87</b>	<b>861,24</b>
<b>Всего:</b>	<b>1303</b>		<b>46,28</b>	<b>48,96</b>	<b>210,27</b>	<b>1463,95</b>

**Горячий завтрак( старшие)**

капуста квашенная (доп гарнир)	60		1,00	3,00	5,04	51,40
запеканка картофельная с мясом	250		19,78	20,71	71,55	532,00
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
<b>Всего:</b>	<b>560</b>		<b>25,90</b>	<b>25,54</b>	<b>108,19</b>	<b>746,57</b>

**Дополнительное питание (старшие)**

Каша рисовая молочная	230		11,80	11,70	36,07	278,70
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
батон нарезной	40		3	1,16	20,56	104,8
<b>всего:</b>	<b>475</b>		<b>15,50</b>	<b>12,96</b>	<b>78,66</b>	<b>476,40</b>
<b>Итого:</b>	<b>1035</b>	<b>141,56</b>	<b>38,4</b>	<b>36,5</b>	<b>178,85</b>	<b>1188,97</b>

директор школы:  
повар:



Р.Р.Гиляев  
А.М.Гиляева