



**МЕНЮ на 18 декабря 2025 г.
Четверг (1 неделя)**

№ п/п	Наименование блюд	Выход 1-4 кл	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг
1	Свекла отварная дольками	60	74,77	1,08	0,06	5,88	28,80	0,01	5,34	0,00	0,06	27,00	30,60	15,60	1,02
	Птица запеченная	100		10,42	12,23	8,65	192	0,06	1,28	51,8	0,8	41,26	216,4	23,42	1,78
	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3		3,08	6,25	20,47	150,45	0,14	18,16	8,00	0,20	37,46	87,20	27,75	1,01
	Компот из свежих яблок (75С)	200		0,16	0,10	17,90	74,60	0,01	0,90	0,00	0,08	13,88	4,40	5,14	0,92
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20	0,07	0,00	0,00	0,56	11,60	60,00	18,80	1,56
	Итого:	583		19,66	19,36	83,50	595,55	0,32	25,68	59,80	2,03	137,20	418,10	94,91	6,63
2		Выход 5-11 кл													
	Птица запеченная	100	80	10,42	12,23	8,65	192	0,06	1,28	51,8	0,8	41,26	216,4	23,42	1,78
	Пюре картофельное с маслом сливочным	180/5		3,71	9,38	24,59	197,70	0,17	21,79	0,00	0,22	44,37	103,91	33,30	1,21
	Огурцы свежие (доп. гарнир)	60		0,42	0,06	1,14	7,20	0,02	2,94	0,00	0,06	10,20	18,00	8,40	0,30
	Компот из свежих яблок (75С)	200		0,16	0,10	17,90	74,60	0,01	0,90	0,00	0,08	13,88	4,40	5,14	0,92
	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20	0,07	0,00	0,00	0,56	11,60	60,00	18,80	1,56
	Итого:	605		18,87	19,21	77,96	567,70	0,35	26,91	51,80	1,94	125,31	415,71	91,86	5,99
3		Выход 1-11 кл													
	Суп картофельный, с мясом птицы	250/10	65	4,68	4,68	16,90	140,20	0,14	12,24	5,82	1,37	35,81	94,13	33,43	1,39
	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	180/3		6,71	5,98	33,26	214,88	0,17	1,05	26,98	0,12	122,78	164,04	42,84	1,09
	Чай с сахаром	200		0,07	0,02	10,01	40,00	0	0,030	0	0	10,95	2,8	1,4	0,265
	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20	10,30	2,84	0,40	17,76	86,60	0,06	0,00	0,00	0,50	9,80	43,00	12,20	1,00
	Итого:	700		19,93	15,64	87,50	578,95	0,25	18,11	23,04	3,82	129,98	349,66	77,22	5,40
		Выход 5-11 кл													
	Булочка сдобная	50		4,18	1,60	22,43	120,83	0,08	0,00	0,00	1,10	11,25	38,42	16,17	0,73

	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,95	2,80	1,40	0,27
4	Итого:	250		4,2	1,6	32,4	160,8	0,1	0,0	0,0	1,1	22,2	41,2	17,6	1,0