



**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	Са, мг	Р, 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
	<b>Итого:</b>	<b>583</b>		<b>19,66</b>	<b>19,36</b>	<b>83,50</b>	<b>595,55</b>	<b>0,32</b>	<b>25,68</b>	<b>59,80</b>	<b>2,03</b>	<b>137,20</b>	<b>418,10</b>	<b>94,91</b>	<b>6,63</b>
		<b>Выход 5-11 кл</b>													
2	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
	<b>Итого:</b>	<b>605</b>		<b>18,87</b>	<b>19,21</b>	<b>77,96</b>	<b>567,70</b>	<b>0,35</b>	<b>26,91</b>	<b>51,80</b>	<b>1,94</b>	<b>125,31</b>	<b>415,71</b>	<b>91,86</b>	<b>5,99</b>
		<b>Выход 1-11 кл</b>													
	Суп картофельный, с мясом птицы	250/10		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 пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	65	6,71	5,98	33,26	214,88	0,17	1,05	26,98	0,12	122,78	164,04	42,84	1,09
3	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
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>		<b>19,93</b>	<b>15,64</b>	<b>87,50</b>	<b>578,95</b>	<b>0,25</b>	<b>18,11</b>	<b>23,04</b>	<b>3,82</b>	<b>129,98</b>	<b>349,66</b>	<b>77,22</b>	<b>5,40</b>
		<b>Выход 5-11 кл</b>													
	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