



УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

Р.И. Гарифуллин

МЕНЮ на «21» января 2026г.

Среда (2 неделя)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Белк и	Жиры	Углево ды	Калорий ность
		1-4кл					
1	Салат из свежей капусты с морковью	80	74-77	1,05	2,60	5,17	48,32
	Куриные наггетсы с макаронными изделиями отварными с маслом сливочным	75/150/5		11,45	12,46	31,32	289,95
	Чай с сахаром с лимоном	185/10/5		0,11	0,02	10,15	41,32
	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	Итого	560		16,11	15,60	68,36	485,99
		Выход					
		5-11кл					
2	Салат из свежей капусты с морковью	100	69-70	1,75	4,33	8,62	90,53
	Куриные наггетсы	100		12,22	15,14	15,32	272,00
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5		5,10	3,62	31,96	176,10
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,11	0,02	10,15	41,32
	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	Итого	645		23,34	23,75	91,73	706,15
		Выход					
3	Печенье (крекер)	30	10-30	2,25	2,94	22,30	125,10
	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5		0,12	0,03	10,16	41,70
	Итого	235		2,4	3,0	32,5	166,8