



Р.И. Гарифуллин

**МЕНЮ на «21» октября 2025г.**

**Вторник (1 неделя)**

| №<br>п/п | Наименование блюда                                                          | Выход         | Цена  | Белки        | Жиры         | Углев<br>оды | Калори<br>йность |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------|---------------|-------|--------------|--------------|--------------|------------------|
|          |                                                                             | 1-4 кл        |       |              |              |              |                  |
| 1        | Фрукты и ягоды свежие (апельсин)                                            | 100           | 74-77 | 0,90         | 0,20         | 8,10         | 43,00            |
|          | Котлета из мяса птицы с макаронными изделиями отварными, с маслом сливочным | 75/150/5      |       | 11,45        | 12,46        | 31,32        | 289,95           |
|          | Компот из сухофруктов                                                       | 200           |       | 0,66         | 0,09         | 22,03        | 92,80            |
|          | Хлеб ржаной                                                                 | 30            |       | 1,98         | 0,36         | 11,88        | 59,40            |
|          | <b>Итого</b>                                                                | <b>560</b>    |       | <b>14,99</b> | <b>15,11</b> | <b>70,33</b> | <b>485,15</b>    |
|          |                                                                             |               |       |              |              |              |                  |
|          |                                                                             | <b>Выход</b>  |       |              |              |              |                  |
|          |                                                                             | <b>5-11кл</b> |       |              |              |              |                  |
| 2        | Фрукты и ягоды свежие (апельсин)                                            | 100           | 69-70 | 0,90         | 0,20         | 8,10         | 43,00            |
|          | Котлета из мяса птицы с макаронными изделиями отварными, с маслом сливочным | 75/180/3      |       | 17,06        | 23,20        | 43,17        | 463,44           |
|          | Сок разливной                                                               | 200           |       | 1,00         | 0,00         | 20,02        | 84,44            |
|          | Хлеб пшеничный                                                              | 30            |       | 2,28         | 0,24         | 14,76        | 70,50            |
|          | Хлеб ржаной                                                                 | 30            |       | 1,98         | 0,36         | 11,88        | 59,40            |
|          | <b>Итого</b>                                                                | <b>618</b>    |       | <b>23,22</b> | <b>24,00</b> | <b>91,03</b> | <b>650,78</b>    |
|          |                                                                             |               |       |              |              |              |                  |
| 3        |                                                                             | <b>Выход</b>  |       |              |              |              |                  |
|          | Вафли                                                                       | 20            | 10-30 | 4,92         | 6,96         | 3,26         | 73,38            |
|          | Чай с сахаром, с лимоном                                                    | 185/10/5      |       | 0,12         | 0,03         | 10,16        | 41,70            |
|          | <b>Итого</b>                                                                | <b>220</b>    |       | <b>5,00</b>  | <b>7,00</b>  | <b>13,4</b>  | <b>115,1</b>     |
|          |                                                                             |               |       |              |              |              |                  |