

Утверждаю:  
Директор МБОУ С(К)ШИ  
П.Н. Чистина

МЕНЮ «22» декабря 2025 г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выходис	энерг цен. ккал
-------------------	------	---------	-----------------------

### Завтрак

Каша овсяная из «Геркулеса» молочная		200/5	207,38
жидкая с маслом			
Чай с сахаром		200/15	48,64
Бутерброд с сыром с маслом		20/20/10	185,0
Хлеб пшеничный		30	90,62
		505	531,64

### Обед

Салат из моркови		60	11,50
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной		200	86,26
Биточки из говядины		90	227,2
Макароны отварные с маслом слив.		150	211,09
Сок фруктовый		200	88,00
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		760	808,75

### Полдник

Зафли		80	432,8
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		302	494,42

### Ужин

Гёфтели рыбные с соусом		90/40	155,66
Картофельное пюре		150	160,41
Чай с сахаром		200/15	60,00
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		555	560,77

### Поздний ужин

Кефир		200	163,80
		200	163,80

Шеф-повар И.И. Юдина С.Б.

Мед.сестра И.И.

Утверждаю:  
Директор МБОУ С(К)ШИ  
П.Н. Чистина

СТОЛОВАЯ

МЕНЮ «22» декабря 2025 г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
-------------------	------	-------	-----------------------

### Завтрак

Каша овсяная из «Геркулеса» молочная		250/5	259,23
жидкая с маслом			
Чай с сахаром		200/15	48,64
Бутерброд с сыром с маслом		20/20/10	185,0
Хлеб пшеничный		60	181,24
		580	674,11

### Обед

Салат из моркови		100	19,17
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной		250	107,83
Биточки из говядины		120	302,93
Макароны отварные с маслом слив.		200	281,09
Сок фруктовый		200	88,00
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		990	1168,42

### Полдник

Вафли		130	703,3
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		352	764,65

### Ужин

Тефтели рыбные с соусом		120/30	207,55
Картофельное пюре		200	213,88
Чай с сахаром		200/15	60,00
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		685	850,83

### Поздний ужин

Кефир		200	163,80
		200	163,80

Шеф-повар И.И. Юдина С.Б.

Мед.сестра И.И.