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

СТОЛОВАЯ

МЕНЮ «12» октября 2026 г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша овсяная из «Геркулеса» молочная жидкая с маслом		250/5	259,23
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 С ИЗЮМОМ		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_____

Мед.сестра_____

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

МЕНЮ «12» октября 2026 г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выходис	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша овсяная из «Геркулеса» молочная жидкая с маслом		200/5	207,3
Чай с сахаром		200/15	48,64
Бутерброд с сыром с маслом		20/20/10	185,0
Хлеб пшеничный		30	90,6
		505	**531,**
Обед			
Салат из моркови С ИЗЮМОМ		60	11,5
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной		200	86,2
Биточки из говядины		90	227
Макароны отварные с маслом слив.		150	211
Сок фруктовый		200	88,0
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,0
Хлеб пшеничный		30	90,0
		760	**808**
Полдник			
Вафли		80	432
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,
		302	**494**
Ужин			
Тефтели рыбные с соусом		90/40	155
Картофельное пюре		150	160
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		30	94
Хлеб пшеничный		30	90
		555	**56**
Поздний ужин			
Кефир		200	16
		200	**16**

Шеф-повар_____

Мед.сестра_____