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

СТОЛОВАЯ
МЕНЮ «14» октября 2026 г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша рисовая молочная жидкая с маслом		250	256,13
Чай с сахаром		200/15	48,64
Хлеб пшеничный		60	181,24
Яйцо вареное (шт)		40	62,80
		565	**502,81**
Обед			
Огурцы соленые		100	14
Суп картофельный с горохом		250	98,79
Гуляш из говядины		80/30	378,83
Каша гречневая рассыпчатая		200	351,73
Компот из смеси сухофруктов		200	113,79
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		980	**1326,54**
Полдник			
Булочка «Веснушка»		100	332,16
Сок фруктовый		200	88,0
		300	**420,16**
Ужин			
Голубцы ленивые		120/30	182,07
Картофельное пюре		200	213,88
Чай с сахаром		200/15	60,0
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		685	**825,35**
Поздний ужин			
Кефир		200	163,8
		200	**163,8**

Шеф-повар_____

Мед.сестра_____

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

СТОЛОВАЯ
МЕНЮ «14» октября 2026 г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша рисовая молочная жидкая с маслом		200/5	210,13
Чай с сахаром		200/15	48,64
Хлеб пшеничный		60	181.24
Яйцо вареное (шт)		40	62,80
		520	**502,81**
Обед			
Огурцы соленые		60	8.4
Суп картофельный с горохом		200	79,03
Гуляш из говядины		70/20	331,53
Каша гречневая рассыпчатая		150	263,8
Компот из смеси сухофруктов		200	113,79
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		760	**1179,25**
Полдник			
Булочка «Веснушка»		100	332,17
Сок фруктовый		200	88,0
		300	**420,17**
Ужин			
Голубцы ленивые		90/40	136,56
Картофельное пюре		150	160,41
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		555	**541,67**
Поздний ужин			
Кефир		200	163,80
		200	**163,80**

Шеф-повар_____

Мед.сестра_____