

УТВЕРЖДАЮ

Директор ОО _____

Ф.И.О.

Дата: 29.01.2026

МЕНЮ
29 января 2026 год
Возрастная категория 7-11 лет

| Наименование блюда | Масса порций | Цена, руб | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|---|-----------------|--------------|------------------|-------|----------|----------------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Икра кабачковая | 60,00 | 13,80 | 1,64 | 4,31 | 8,73 | 80,28 |
| Плов из отварной птицы | 180,00 | 46,40 | 15,25 | 9,42 | 32,16 | 274,8 |
| Какао с молоком | 200,00 | 11,68 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 118,52 |
| Хлеб ржаной | 25,00 | 2,06 | 1,18 | 0,18 | 12,45 | 53,50 |
| Хлеб пшеничный | 25,00 | 1,96 | 2,02 | 0,25 | 12,20 | 60,50 |
| Кондитерское изделие (печенье) | 20,00 | 5,40 | 1,70 | 2,26 | 13,94 | 82,90 |
| Итого: | 510,00 | 81,30 | 25,87 | 19,96 | 97,06 | 670,50 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Овощи натуральные соленые (огурцы) | 60 | 10,38 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 6,00 |
| Рассольник ленинградский | 250 | 12,17 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107,25 |
| Мясо духовое | 200 | 58,72 | 18,84 | 21,01 | 17,72 | 335,32 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 7,94 | 0,20 | 0,00 | 20,80 | 82,60 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,30 | 3,24 | 0,40 | 19,52 | 96,80 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,98 | 0,90 | 0,14 | 9,96 | 42,80 |
| Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 10,80 | 0,40 | 0,30 | 9,80 | 47,00 |
| Итого: | 870,00 | 105,29 | 26,08 | 27,00 | 90,80 | 717,77 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| Итого: | | | | | | |

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ОО _____
 _____ Ф.И.О.
 Дата: _29.01.2026

МЕНЮ
29 января 2026 год
Возрастная категория 12 лет и старше

| Наименование блюда | Масса порций | Цена, руб | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|---|-----------------|--------------|------------------|-------|----------|----------------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Икра кабачковая | 100 | 19,42 | 2,73 | 7,18 | 14,55 | 133,80 |
| Плов из отварной птицы | 210 | 53,15 | 17,79 | 10,99 | 37,57 | 320,60 |
| Какао с молоком | 200 | 11,65 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 118,52 |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,77 | 1,65 | 0,25 | 17,43 | 74,90 |
| Хлеб пшеничный | 35 | 3,24 | 2,83 | 0,35 | 17,80 | 84,70 |
| Кондитерское изделие (печенье) | 40 | 10,80 | 3,40 | 4,52 | 27,88 | 165,80 |
| Итого: | 620,00 | 101,03 | 32,48 | 26,83 | 132,81 | 898,32 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Овощи натуральные соленые (огурцы) | 100 | 17,30 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10,00 |
| Рассольник ленинградский | 250,00 | 12,17 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107,25 |
| Мясо духовое | 200 | 68,38 | 18,84 | 21,01 | 17,72 | 335,32 |
| Компот из сухофруктов | 200,00 | 7,94 | 0,20 | 0,00 | 20,80 | 82,60 |
| Хлеб пшеничный | 60,00 | 4,95 | 4,86 | 0,60 | 29,28 | 145,00 |
| Хлеб ржаной | 45,00 | 4,24 | 2,02 | 0,31 | 22,41 | 96,30 |
| Фрукты свежие (яблоки) | 100,00 | 10,80 | 0,40 | 0,30 | 9,80 | 47,00 |
| Итого: | 955,00 | 125,78 | 29,14 | 27,41 | 113,69 | 823,47 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

| | | | | | | |
|---------------|--|--|--|--|--|--|
| Итого: | | | | | | |
|---------------|--|--|--|--|--|--|