

МБОУ Высшей УЗК им братьев Кондратовых

Утверждает: Директор

Е.В. Грибачева

Дата: 22 апреля 2026

Ежедневное меню

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Салат из свежей капусты	60	0,80	1,90	3,80	36,00*
	Гуляш из говядины	90	13,70	15,60	2,30	203,00
	Каша гречневая вязкая	150	4,73	5,17	21,20	150,35
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
	Хлеб ржаной	20	1,38	0,24	8,48	42,80
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	12,60	50,20
Итого за завтрак		530	23,04	23,23	62,87	552,49
Стоимость, руб.	85,55 руб.					
Обед	Икра свекольная	60	1,64	4,32	8,72	80,28
	Щи из свежей капусты с картофелем	205	1,55	4,71	4,88	82,10
	Шницель рыбный натуральный с соусом	95	9,61	7,55	7,35	135,38
	Каша вязкая рисовая	150	2,56	4,17	26,00	154,05
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
	Хлеб ржаной	30	2,07	0,36	12,72	64,20
	Компот	200	0,66	0,09	32,04	132,80
Итого за обед		770	20,46	21,5	106,2	718,95
Стоимость, руб.	96,04 руб.					

Ежедневное меню

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Салат из свежей капусты	90	1,20	2,90	5,70	54,00
	Гуляш из говядины	90	13,70	15,60	2,30	203,00
	Каша гречневая вязкая	180	5,68	6,21	25,45	180,42
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	140,28
	Хлеб ржаной	30	2,07	0,36	12,72	64,20
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	12,60	50,20
Итого за завтрак		630	27,45	25,69	87,75	692,10
Стоимость, руб.	90,97 руб.					
Обед	Икра свекольная	100	2,73	7,20	14,53	133,80
	Щи из свежей капусты с картофелем	255	1,91	5,95	8,06	100,10
	Шницель рыбный натуральный	105	10,62	8,34	8,12	149,63
	Каша рисовая вязкая	180	3,24	9,36	31,20	226,00
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	140,28
	Хлеб ржаной	40	2,76	0,48	16,96	85,60
	Компот	200	0,66	0,09	32,04	132,80
Итого за обед		940	26,66	32,02	139,90	968,21
Стоимость, руб.	115,87 руб.					

Ответственный по питанию:

Медицинский работник:

Заведующий производством: