

«Согласовано»

Директор СОШ

12

ООО "СПЕЦСЕРВИС"

Подпись

Ильина О.В.

Меню на «21» мая 2026г

Возрастная категория 7-11 лет

**Завтрак**

	Наименование блюда	Вес блюда, гр	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры	
	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным	210	7,04	10,42	19,12	193,64	173	
	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	15	
	Батон пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	140,28	к/к	
	Печенье затяжное	20	0,38	1,08	6,41	35,27	к/к	
	Напиток кофейный на молоке	200	3,6	2,67	29,20	155,20	379	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>505</b>	<b>19,24</b>	<b>19,20</b>	<b>83,71</b>	<b>578,99</b>		

**Обед**

	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры	
	Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной	210	1,31	2,22	5,02	65,20	92	
	Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288	
	Суп с крупой и курой	220	1,70	2,80	4,70	72,10	115	
	Котлеты, биточки, шницели с соусом №332	90	12,00	10,64	11,66	172,12	268/332	
	Капуста тушеная	150	2,78	6,48	34,52	213,53	321	
	Томаты свежие порционно	60	2,16	4,04	1,01	48,79	71	
	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	22,30	110,00	342	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	к/к	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	к/к	
	<b>Итого за обед</b>	<b>1000</b>	<b>26,08</b>	<b>28,38</b>	<b>108,63</b>	<b>841,13</b>		

Ильина О.В. *Ильина О.В.*  
 Подпись *Ильина О.В.*  
 Камышев В.О.

шт 2

Меню на « 21 » мая 2026г

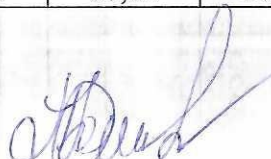

Возрастная категория с 12 лет и старше

## Завтрак

Наименование блюда	Вес блюда, г	белки	жиры	углеводы	Энерг. Ценн.	№ рецептуры
Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным	260	10,29	14,18	27,39	271,49	173
Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	15
Батон пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	140,28	к/к
Печенье затяжное	20	0,38	1,08	6,41	35,27	к/к
Напиток кофейный на молоке	200	3,6	2,67	29,20	155,20	379
<b>Итого за завтрак</b>	<b>555,00</b>	<b>22,49</b>	<b>22,96</b>	<b>91,98</b>	<b>656,84</b>	

## Обед

Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. Ценн.	№ рецептуры
Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной	260	1,64	4,92	6,27	81,50	92
Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288
Суп с крупой и курой	260	1,70	2,80	4,70	72,10	115
Котлеты, биточки, шницели с соусом №332	100	13,58	10,58	12,96	198,12	268/332
Капуста тушеная	200	3,71	8,64	46,03	265,20	321
Томаты свежие порционно	60	2,16	4,04	1,01	48,79	71
Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	22,30	110,00	342
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	к/к
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	к/к
<b>Итого за обед</b>	<b>890</b>	<b>27,22</b>	<b>30,38</b>	<b>117,98</b>	<b>863</b>	


  
 Клешивец И.О.