

Утверждаю

ИП Духовник О.Г.

Духовник О.Г.

Ежедневное меню

МБОУ «Ивановская средняя школа имени героя Советского Союза Ю.А.Гагарина»

Дата: 05.12.2025 День 5

Возрастная категория: 7-11 лет, обучающиеся 1-4 классов

Наименование блюда	Выход блюда,	Пищевые вещества			Энергетиче ская
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	3,60	4,92	56,40
или САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,79	1,95	3,77	36,24
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	90	12,08	12,07	13,50	218,70
КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	150	4,58	5,00	20,50	145,50
СОКИ ФРУКТОВЫЕ	200	1,00	0,00	20,40	84,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	83,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2,00	0,38	10,00	51,50
Итого за завтрак	625	24,45	23,32	92,77	676,74
Стоимость, руб.	93,66				
Обед (для детей льготной категории)					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,50	3,00	1,50	37,00
или ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	0,50	0,10	1,50	8,40
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,40	4,00	9,90	81,60
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	120	9,47	3,47	9,70	113,20
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,80	5,30	38,90	218,00
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,70	0,02	15,00	60,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,70	0,30	14,80	69,60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,10	71,00
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за обед	950	20,77	16,79	116,20	705,80
Стоимость, руб.	108,07				

Технолог по питанию: