



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО «Комбинат «Школьного питания»



**МЕНЮ для учащихся 7-11 лет**  
(в т.ч. для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)

По столовой МБОУ СОШ №

На « 14 » 09 2025 г

Неделя: вторая

День: 10 (пятница)

| Наименование  | масса порции в г | белки, г | жиры, г | углеводы, г | Ккал  | Цена   |
|---|------------------|----------|---------|-------------|-------|--------|
| <b>Завтрак</b>  |                  |          |         |             |       |        |
| Салат из квашеной капусты<br>(капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное)                             | 60               | 1,0      | 3,0     | 2,1         | 39,4  | 8,53   |
| Рыба припущенная<br>(филе горбуши, лук, масло сливочное)  | 95               | 16,9     | 9,3     | 0,9         | 160,4 | 82,90  |
| Пюре картофельное<br>(картофель, молоко, масло сливочное)   | 150              | 3,1      | 4,8     | 20,4        | 137,3 | 16,16  |
| Компот из яблок   | 200              | 0,2      | 0,2     | 14,9        | 62,7  | 4,84   |
| Хлеб пшеничный  | 30               | 2,2      | 0,2     | 14,7        | 70,3  | 2,23   |
| Хлеб ржаной   | 20               | 1,3      | 0,2     | 7,9         | 39,1  | 2,00   |
| Итого:  | 555              | 24,7     | 17,7    | 60,9        | 509,2 | 116,66 |
| <b>Обед</b>   |                  |          |         |             |       |        |
| Овощи натуральные солёные (огурцы)  | 60               | 0,5      | 0,1     | 1,0         | 6,0   | 7,26   |
| Щи из свежей капусты с картофелем<br>(капуста, картофель, морковь, лук)                                       | 200              | 1,4      | 2,2     | 6,3         | 56,0  | 6,20   |
| Тефтели с соусом томатным<br>(свинина, хлеб пшеничный, лук репчатый, морковь, мука пшеничная, паста томатная) | 90/30            | 18,6     | 19,8    | 15,8        | 321,9 | 36,51  |
| Рис отварной  | 150              | 3,3      | 5,4     | 34,0        | 197,6 | 10,19  |
| Чай с лимоном   | 200              | 0,3      | 0,0     | 15,2        | 62,1  | 3,25   |
| Хлеб пшеничный  | 40               | 2,9      | 0,3     | 19,6        | 93,7  | 2,97   |
| Хлеб ржаной   | 30               | 2,0      | 0,3     | 11,9        | 58,7  | 3,01   |
| Итого:  | 800              | 29,0     | 28,1    | 103,8       | 796,0 | 69,39  |

Заведующий производством

*Александр Николаевич*