



УТВЕРЖДАЮ  
Директор MAOU СОШ



## МЕНЮ

### Горячий завтрак

Возрастная категория 7-11 лет  
С 1-5 класс

3 день  
«01» октября 2026г.

| Наименование блюда            | Выход      | Химический состав |              |              |               | Цена          |
|-------------------------------|------------|-------------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
|                               |            | Белки,г           | Жиры,г       | Угл.,г       | ЭЦ,ккал       |               |
| Горячий бутерброд "Пикантный" | 30         | 6,06              | 5,03         | 13,40        | 118,90        | 20,54         |
| Борщ с птицей и сметаной      | 200        | 6,02              | 9,00         | 16,93        | 146,21        | 28,45         |
| Чай с молоком                 | 200        | 1,55              | 1,28         | 12,00        | 75,64         | 10,22         |
| Фрукт (Яблоко)                | 180        | 0,66              | 0,38         | 14,25        | 85,00         | 46,80         |
| Хлеб "Свежий" ржаной          | 20         | 1,12              | 0,22         | 11,58        | 55,25         | 1,69          |
| <b>Стоимость дня</b>          | <b>630</b> | <b>15,41</b>      | <b>15,91</b> | <b>68,16</b> | <b>481,00</b> | <b>107,70</b> |

## Горячий обед

Возрастная категория 7-11 лет  
4 день

| Наименование блюда      | Выход      | Химический состав |              |               |               | Цена          |
|-------------------------|------------|-------------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
|                         |            | Белки,г           | Жиры,г       | Угл.,г        | ЭЦ,ккал       |               |
| Суп Лагман с птицей     | 250        | 8,80              | 6,57         | 26,37         | 189,72        | 37,50         |
| Плов с мясом            | 200        | 11,60             | 17,14        | 29,68         | 289,48        | 84,02         |
| Отвар из шиповника      | 200        | 0,68              | 0,28         | 22,64         | 104,68        | 12,65         |
| Хлеб "Свежий" пшеничный | 20         | 0,89              | 0,17         | 9,26          | 44,20         | 1,69          |
| Хлеб "Свежий" ржаной    | 30         | 1,68              | 0,33         | 17,37         | 82,87         | 2,54          |
|                         |            |                   |              |               |               |               |
| <b>Стоимость дня</b>    | <b>700</b> | <b>23,65</b>      | <b>24,49</b> | <b>105,32</b> | <b>710,95</b> | <b>138,40</b> |

Зав. Столовой \_\_\_\_\_

Мед. Работник \_\_\_\_\_

