

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ школы
ст-цы Темиргоевской



Л.Н. Журба

Дата: 05.11.2025г.

МЕНЮ
05.11. 2025 г.

Возрастная категория 7 – 11 лет

Наименование блюда	Масса порций,г	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Омлет натуральный	150	59,22	13,93	24,82	2,79	48,10
Сыр 55%(порционно)	15	13,68	3,48	4,43	0	9,0
Кофейный напиток с молоком	200	24,1	6,77	5,192	19,338	20,2
Хлеб пшеничный	20	1,52	1,52	0,16	9,84	1,29
Хлеб ржаной	20	1,56	1,3	0,24	6,68	1,20
Фрукты свежие (груша)	180	57,96	0,72	0,54	18,54	37,80
Итого:	585	158,04	27,72	35,382	57,188	117,59
ОБЕД						
Салат из свежей капусты	60	5,39	1,02	3	5,07	9,27
Суп с бобовыми	200	8,45	4,39	4,21	13,228	6,96
Рыба запеченная	100	32,94	15,2	8,4	4,3	29,97
Соус сметанный с томатом	50	7,83	0,88	2,5	3,5	5,04
Картофельное пюре	150	15,97	3,25	9,61	18,88	13,26
Хлеб пшеничный	70	5,34	5,32	0,56	34,44	4,52
Хлеб ржаной	28	2,18	1,9	0,3	9,4	1,68
Компот из смеси сух.фруктов	200	4,13	0,48	0	23,4	4,05
Кондитерское изделие (печенье)	30	5,94	2,22	2,82	21,93	5,40
Итого:	858	88,17	32,44	28,61	112,22	75,27