

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ школы
ст-цы Темиргоевской



Л.Н. Журба

Дата: 05.11.2025г.

МЕНЮ 05.11. 2025 г.

Возрастная категория 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Омлет натуральный	200	77,03	19,2	29,62	3,56	70,74
Сыр 55%(порционно)	20	17,22	1,68	5,22	0	12,0
Кофейный напиток с молоком	180	22,03	6,09	4,67	17,4	18,42
Хлеб пшеничный	30	2,29	2,28	0,24	14,76	1,94
Хлеб ржаной	30	2,34	2,0	0,30	10,02	1,80
Фрукты свежие (груша)	180	57,96	0,72	0,54	18,54	37,80
Итого:	640	178,87	31,97	40,59	64,28	142,70
ОБЕД						
Салат из свежей капусты	100	6,96	1,7	5	8,45	10,96
Суп с бобовыми	250	7,54	5,49	5,27	16,54	6,18
Рыба запеченная	150	48,63	22,8	12,6	6,4	37,23
Соус сметанный с томатом	-		-	-	-	-
Картофельное пюре	180	15,87	3,91	11,54	22,67	13,17
Хлеб пшеничный	90	6,87	6,84	0,72	44,28	5,81
Хлеб ржаной	42	3,28	2,8	0,5	14,3	2,52
Компот из смеси сух.фруктов	200	4,13	0,48	0	23,4	1,13
Кондитерское изделие (печенье)	45	8,91	3,33	4,23	32,89	8,10
Итого:	1057	102,19	47,35	39,86	168,93	79,76