

Утверждаю:  
ИП Семаковская В.Я



Согласовано:  
Директор МАОУ  
Прииртышская СОШ  
М.М. Быкова

# ПРИЯТНОГО АППЕТИТА МЕНЮ

на 03 октября 2025 г.

| № рецептуры | Наименование блюд                           | Выход массы порции | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность ккал. | Цена блюда    |
|-------------|---------------------------------------------|--------------------|-------|------|----------|-------------------------------|---------------|
|             | <b>Экспресс - завтрак</b>                   |                    |       |      |          |                               |               |
| табл.25     | Кондитерское изделие                        | 80                 | 7     | 9    | 55       | 339                           | 37,00         |
| 685         | Чай с сахаром                               | 200                | 0,2   | 0,05 | 15,2     | 60,00                         | 3,10          |
|             | <b>Итого за прием пищи</b>                  |                    |       |      |          | <b>399</b>                    | <b>40,10</b>  |
|             | <b>Горячий завтрак</b>                      |                    |       |      |          |                               |               |
| 1045        | Люля -кебаб из птицы , с маслом             | 90                 | 10,8  | 10,9 | 5,4      | 162,9                         | 54,18         |
| 510         | Каша гречневая вязкая отварная              | 150                | 1,7   | 4,5  | 24,3     | 148,6                         | 25,53         |
| 642         | Какао с молоком                             | 200                | 3,4   | 3,2  | 21,2     | 127,2                         | 24,25         |
| табл. 25    | Хлеб ржаной                                 | 40                 | 1,4   | 0,2  | 18,8     | 82,6                          | 3,74          |
|             | <b>Итого за прием пищи</b>                  |                    |       |      |          | <b>394,10</b>                 | <b>107,70</b> |
|             | <b>Обед</b>                                 |                    |       |      |          |                               |               |
| 101         | Овощи консервированные (огурцы или горошек) | 20                 | 0,5   | 0,1  | 1        | 6,9                           | 8,60          |
| 139         | Суп гороховый с гренками                    | 270                | 3,1   | 4,1  | 31,7     | 176,1                         | 40,95         |
| 345         | Биточки рыбные                              | 90                 | 14    | 11,6 | 13       | 212,4                         | 39,92         |
| 208         | Картофель толченый по деревенский           | 150                | 3,4   | 5,8  | 29,4     | 183,5                         | 40,00         |
| 685         | Чай с сахаром                               | 200                | 0,2   | 0,05 | 15,2     | 60,00                         | 3,10          |
| табл. 25    | Хлеб пшеничный витаминизированный           | 40                 | 2,4   | 0,7  | 16,2     | 83,2                          | 3,96          |
| табл. 25    | Хлеб ржаной                                 | 20                 | 0,7   | 0,1  | 9,4      | 41,3                          | 1,87          |
|             | <b>Итого за прием пищи</b>                  |                    |       |      |          | <b>763,40</b>                 | <b>138,40</b> |

Соц. педагог  
Мед. работник  
Зав столовой