

Утверждаю:  
ИП Семаковская В.Я



Согласовано:  
Директор МАОУ  
Прииртышская СОШ  
М.М. Быкова \_\_\_\_\_

# ПРИЯТНОГО АППЕТИТА МЕНЮ

на 21 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              | 100                | 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>            |                    |       |      |          |                               |               |
| 2           | Бутерброд с джемом                | 45                 | 1,8   | 0,2  | 21       | 93,3                          | 8,40          |
| 451         | Шницель с соусом                  | 90                 | 8,1   | 11,8 | 14,3     | 195,8                         | 53,86         |
| 516         | Макаронные изделия отварные       | 150                | 3,2   | 2,8  | 34,3     | 175,2                         | 18,47         |
| 518         | Сок фруктовый                     | 200                | 0,5   | 0    | 34       | 138                           | 25,10         |
| табл 25     | Хлеб пшеничный витаминизированный | 20                 | 1     | 0,3  | 8,1      | 38,9                          | 1,87          |
|             | <b>Итого за прием пищи</b>        |                    |       |      |          | <b>641,2</b>                  | <b>107,70</b> |
|             | <b>Обед</b>                       |                    |       |      |          |                               |               |
| 71          | Винегрет овощной                  | 50                 | 1,2   | 4    | 11,9     | 88,4                          | 15,52         |
| 130         | Рассольник с мясом со сметаной    | 135                | 4,1   | 5,2  | 12,5     | 113,3                         | 27,14         |
| 436         | Жаркое по домашнему               | 200                | 14,7  | 15,3 | 26,5     | 302,5                         | 81,67         |
| 639         | Компот из сухофруктов             | 200                | 0,7   | 0    | 23,9     | 98,4                          | 8,24          |
| табл 25     | Хлеб пшеничный                    | 40                 | 2,4   | 0,72 | 16,24    | 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>727,1</b>                  | <b>138,40</b> |
|             |                                   |                    |       |      |          |                               | 0,00          |

Соц.педагог  
Мед.работник  
Зав.столовой