


 УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор школы:  /М. М. Быкова/

## МЕНЮ

**на « 26 » ноября 2025года**

| № рецептуры | Наименование блюд                     | Выход массы порции | Белки       | Жиры         | Углеводы      | Энергетическая ценность | Цена блюда    |
|-------------|---------------------------------------|--------------------|-------------|--------------|---------------|-------------------------|---------------|
|             | <b>завтрак</b>                        | <b>525</b>         | <b>27,1</b> | <b>20,96</b> | <b>76,22</b>  | <b>603,2</b>            | <b>107,7</b>  |
| №1,3-2004   | Бутерброд с сыром и маслом            | 35                 | 5,8         | 6,4          | 7,9           | 112,4                   | 23,69         |
| 6/8-2011    | Рагу из птицы                         | 250                | 18,7        | 14,0         | 31            | 325                     | 72,17         |
| 493/2013    | Чай витаминный                        | 200                | 0,7         | 0,1          | 19,8          | 82,9                    | 8,0           |
|             | Хлеб пшеничный витаминизированный     | 20                 | 1,2         | 0,36         | 8,12          | 41,6                    | 1,87          |
|             | Хлеб ржаной                           | 20                 | 0,7         | 0,1          | 9,4           | 41,3                    | 1,97          |
|             |                                       |                    |             |              |               |                         |               |
|             |                                       |                    |             |              |               |                         |               |
|             | <b>Обед</b>                           | <b>830</b>         | <b>23,2</b> | <b>25,46</b> | <b>90,72</b>  | <b>685,7</b>            | <b>138,40</b> |
| 22-2013     | <u>Салат из свежих помидор</u>        | 80                 | 0,8         | 4,1          | 2,8           | 51,1                    | 0             |
| 22          | <u>Салат свекла с сыром</u>           | 80                 | 4,6         | 9,8          | 6,5           | 113,2                   | 20,38         |
| 148-2014    | Суп лапша домашняя на курином бульоне | 250                | 2,4         | 5,3          | 10,1          | 97,7                    | 36,89         |
| 345         | Биточки рыбные                        | 90                 | 14          | 11,6         | 13            | 212,4                   | 39,92         |
| 534-2004    | Капуста тушёная                       | 150                | 3,1         | 3,9          | 12,4          | 97,1                    | 27,5          |
| 512-2013    | Компот (из изюма) сухофруктов         | 200                | 0,3         | 0            | 25,5          | 103,2                   | 8,0           |
|             | Хлеб пшеничный                        | 20                 | 1,2         | 0,36         | 8,12          | 41,6                    | 1,97          |
|             | Хлеб ржаной                           | 40                 | 1,4         | 0,2          | 18,8          | 82,6                    | 3,74          |
|             | Итого за день                         |                    | <b>50,3</b> | <b>46,42</b> | <b>166,94</b> | <b>1288,9</b>           |               |