

Утверждаю:  
ИП Семаковская В.Я



Согласовано:  
Директор МАОУ  
Прииртышская СОШ  
М.М. Быкова

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА  
МЕНЮ**

на 06 февраля 2026 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>399,00</b>                 | <b>40,10</b>  |
|             | <b>Горячий завтрак</b>                |                    |       |      |          |                               |               |
| 372         | Наггетсы из курицы детские запеченные | 50                 | 12,6  | 14,2 | 5,2      | 199,00                        | 40,46         |
| 510         | Каша гречневая вязкая отварная        | 150                | 1,7   | 4,5  | 24,3     | 148,6                         | 20,53         |
| 686         | Чай Цитрусовый заряд                  | 200/20/10          | 0,2   | 0    | 15,5     | 62,8                          | 3,40          |
|             | Йогурт молочный полуж в ин.уп         | 95                 | 1,8   | 1,5  | 4,5      | 38,7                          | 37,47         |
|             | Хлеб пшеничный витаминизированный     | 40                 | 2,4   | 0,7  | 16,2     | 83,2                          | 3,97          |
|             | Хлеб ржаной                           | 20                 | 0,7   | 0,1  | 9,4      | 41,3                          | 1,87          |
|             | <b>Итого за прием пищи</b>            |                    |       |      |          | <b>573,60</b>                 | <b>107,70</b> |
|             | <b>Обед</b>                           |                    |       |      |          |                               |               |
| 106         | Овощи натуральные                     | 30                 | 0,7   | 0,1  | 0,1      | 14,3                          | 4,95          |
| 154         | Суп харчо с мясом                     | 250/10             | 7,4   | 5,5  | 22       | 167,1                         | 45,00         |
| 365         | Мясо тушеное с капустой               | 200                | 12,5  | 20,5 | 18,4     | 308,1                         | 69,80         |
| 585         | Компот из свежих плодов               | 200                | 0,2   | 0    | 20,6     | 83,2                          | 12,81         |
|             | Хлеб пшеничный витаминизированный     | 40                 | 2,4   | 0,7  | 16,2     | 83,2                          | 3,97          |
|             | Хлеб ржаной                           | 20                 | 0,7   | 0,1  | 9,4      | 41,3                          | 1,87          |
|             | <b>Итого за прием пищи</b>            |                    |       |      |          | <b>697,2</b>                  | <b>138,40</b> |

Соц. педагог  
Мед.работник  
Зав столовой