


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

## МЕНЮ

на « 16 » марта 2026

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Цена блюда
	<b>Завтрак</b>	<b>645</b>	<b>17,7</b>	<b>14,22</b>	<b>96,24</b>	<b>585,5</b>	<b>107,7</b>
3-2004	Бутерброд с сыром	35	5,3	3,7	7,2	83,3	17,82
311-2004	Каша рисовая жидкая	200	6,4	7,2	27	198	31,78
458-2006	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0	21,6	88,8	35,64
690-2004	Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	16,63
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,72	16,24	83,2	3,96
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,87
	<b>Обед</b>	<b>825</b>	<b>22,7</b>	<b>28,22</b>	<b>121,24</b>	<b>832,1</b>	<b>138,4</b>
4-2013	Салат из капусты белокочанной с морковью	80	1,3	4,1	7,7	72,7	10,2
34-2004	Свекольник со сметаной	250/5	2,5	4,9	16,2	118,9	28,96
4/8 2011	Гречка по купечески с мясом	250	15,3	18,4	37,7	378	68,41
518-2013	Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138,0	25,0
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,72	16,24	83,2	3,96
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,87
	Итого за день		<b>40,4</b>	<b>42,44</b>	<b>272,48</b>	<b>1417,6</b>	