



"15 "января 2026 года

для учеников 1-4 классов льготной категории

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Котлета мясная с соусом томатным	60/40	8,33	10,29	9,14	164,00
Макаронные изделия отварные	150	6,62	5,42	27,61	170,82
Салат из соленых огурцов	30	0,23	1,81	0,70	19,98
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	13,50	54,00

ОБЕД

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Суп из овощей	200	1,81	4,92	10,94	103,75
Рыба, запеченная с морковью	50/50	8,78	4,09	3,45	98,00
Рис отварной	150	4,38	6,45	44,02	251,64
Салат из квашенной капусты	30	0,37	1,81	0,90	21,33
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,09	103,14

Итого цена за завтрак и обед **180,55 руб**

Повар 24



"15 "января 2026 года

ЗАВТРАК

для учащихся льготной категории 5-11 классов

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Котлета мясная с соусом томатным	60/30	8,33	10,29	9,14	164,00
Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	27,61	170,82
Салат из соленых огурцов	30	0,23	1,81	0,70	19,98
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	13,50	54,00

ОБЕД

Суп из овощей	250	1,81	4,92	10,94	103,75
Рыба, запеченная с морковью	50/50	8,78	4,09	3,45	98,00
Рис отварной	180	4,38	6,45	44,02	251,64
Салат из квашенной капусты	30	0,37	1,81	0,90	21,33
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,09	103,14

Повар 29