



МЕНЮ

День 4

Дата 15.10.2026г.

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность			
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетичес кая ценность, ккал.
Завтрак 1-4 классы						
70/71/2015	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20
210/2016	Омлет запеченный	150	10,21	14,90	1,92	245,04
18/2016	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
19/2016	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60
420/2016	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93
	Итого завтрак:	500	17,3	15,9	49,1	473,3
Обед 1-4 классы						
70/71/2015	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20
122/2016	Рассольник Ленинградский	200	1,98	3,51	13,74	95,14
203/2012	Гречка по-купечески с мясной консервой	200	9,63	15,71	36,51	285,73
18/2016	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,11	105,75
19/2016	Хлеб ржаной	25	1,65	3,00	8,35	43,50
403/2016	Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
484/2016	Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	82,80
	Итого обед:	810	18,6	23,3	111,0	673,1
	Всего:	1310	35,95	39,18	160,12	1146,38
Льготный завтрак 5-11 классы						
70/71/2015	Овощи натуральные по сезону	100	0,70	0,10	1,90	11,00
210/2016	Омлет запеченный	180	12,25	17,88	2,30	294,05
18/2016	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
19/2016	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60
420/2016	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93
	Итого завтрак:	570	19,4	18,9	49,2	520,1
Льготный обед 5-11 классы						
70/71/2015	Овощи натуральные по сезону	100	0,70	0,10	1,90	11,00
122/2016	Рассольник Ленинградский	250	2,48	4,39	17,18	118,93
203/2012	Гречка по-купечески с мясной консервой	250	9,63	15,71	36,51	285,73
18/2016	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,48	141,00
19/2016	Хлеб ржаной	40	2,64	4,80	13,36	69,60
403/2016	Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
484/2016	Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	82,80
	Итого обед:	980	21,3	26,1	126,4	756,1
	Всего:	1550	40,70	44,91	175,56	1276,13