

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ТРУДОВСКАЯ ШКОЛА» СИМФЕРОПОЛЬСКОГО РАЙОНА  
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

ул. Зеленая, 1Б, с. Трудовое, Симферопольский район, РК, 297533,  
тел. +7 (3652) 33-92-66, e-mail: [school\\_simferopolsiy-rayon311@crimeaedu.ru](mailto:school_simferopolsiy-rayon311@crimeaedu.ru), ИНН 9109010130

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
(день 6)**

**на «02» марта 2026 г.**

Утверждаю:

Директор  Т.А. Кибирева

**Возрастная категория: 7-11 лет (1-4 классы)**

| Прием пищи              | Наименование блюда          | Выход<br>блюда     | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая<br>ценность |
|-------------------------|-----------------------------|--------------------|------------------|--------------|--------------|----------------------------|
|                         |                             |                    | Белки            | Жиры         | Углеводы     |                            |
| Завтрак                 | Горошек консервированный    | 40                 | 1,24             | 0,08         | 2,60         | 16,00                      |
|                         | Омлет натуральный           | 150                | 10,21            | 11,90        | 1,92         | 161,88                     |
|                         | Масло сливочное             | 10                 | 0,05             | 8,25         | 0,08         | 74,80                      |
|                         | Батон пшеничный             | 50                 | 3,85             | 1,50         | 25,05        | 129,50                     |
|                         | Хлеб ржаной                 | 50                 | 3,30             | 0,60         | 16,70        | 87,00                      |
|                         | Компот из сухофруктов       | 200                | 1,16             | 0,30         | 47,26        | 196,38                     |
| <b>Итого за завтрак</b> |                             | <b>500</b>         | <b>19,81</b>     | <b>22,63</b> | <b>93,61</b> | <b>665,56</b>              |
| <b>Стоимость, руб.</b>  |                             | <b>85,55 руб.</b>  |                  |              |              |                            |
| Обед                    | Овощи натуральные по сезону | 60                 | 0,66             | 0,12         | 2,28         | 13,20                      |
|                         | Щи из квашеной капусты      | 200                | 1,53             | 3,90         | 6,67         | 118,96                     |
|                         | Котлета (биточки) рыбные    | 100                | 10,63            | 12,64        | 13,07        | 209,45                     |
|                         | Каша вязкая Артек           | 150                | 6,60             | 5,40         | 38,55        | 229,00                     |
|                         | Хлеб пшеничный              | 45                 | 3,42             | 0,36         | 22,11        | 105,75                     |
|                         | Хлеб ржаной                 | 25                 | 1,65             | 3,00         | 8,35         | 43,50                      |
|                         | Чай с сахаром               | 180                | 0,00             | 0,00         | 6,29         | 25,14                      |
| <b>Итого за обед</b>    |                             | <b>760</b>         | <b>24,49</b>     | <b>25,42</b> | <b>97,32</b> | <b>745,00</b>              |
| <b>Стоимость, руб.</b>  |                             | <b>100,00 руб.</b> |                  |              |              |                            |

**Возрастная категория: с 12 лет и старше (5-11 классы)**

| Прием пищи              | Наименование блюда          | Выход<br>блюда     | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая<br>ценность |
|-------------------------|-----------------------------|--------------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------|
|                         |                             |                    | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                            |
| Завтрак                 | Горошек консервированный    | 50                 | 1,55             | 0,10         | 3,25          | 20,00                      |
|                         | Омлет натуральный           | 200                | 13,61            | 15,87        | 2,56          | 215,84                     |
|                         | Масло сливочное             | 10                 | 0,05             | 8,25         | 0,08          | 74,80                      |
|                         | Батон пшеничный             | 50                 | 3,85             | 1,50         | 25,05         | 129,50                     |
|                         | Хлеб ржаной                 | 50                 | 3,30             | 0,60         | 16,70         | 87,00                      |
|                         | Компот из сухофруктов       | 200                | 1,16             | 0,30         | 47,26         | 196,38                     |
| <b>Итого за завтрак</b> |                             | <b>560</b>         | <b>23,52</b>     | <b>26,62</b> | <b>94,90</b>  | <b>723,52</b>              |
| <b>Стоимость, руб.</b>  |                             | <b>90 руб.</b>     |                  |              |               |                            |
| Обед                    | Овощи натуральные по сезону | 100                | 0,70             | 0,10         | 1,90          | 11,00                      |
|                         | Щи из квашеной капусты      | 250                | 1,91             | 4,88         | 8,34          | 148,70                     |
|                         | Котлета (биточки) рыбные    | 100                | 10,63            | 12,64        | 13,07         | 209,45                     |
|                         | Каша вязкая Артек           | 180                | 7,92             | 6,48         | 46,26         | 274,80                     |
|                         | Хлеб пшеничный              | 60                 | 4,56             | 0,48         | 29,48         | 141,00                     |
|                         | Хлеб ржаной                 | 40                 | 2,64             | 4,80         | 13,36         | 69,60                      |
|                         | Чай с сахаром               | 180                | 0,00             | 0,00         | 6,29          | 25,14                      |
| <b>Итого за обед</b>    |                             | <b>910</b>         | <b>28,36</b>     | <b>29,38</b> | <b>118,70</b> | <b>879,69</b>              |
| <b>Стоимость, руб.</b>  |                             | <b>100,00 руб.</b> |                  |              |               |                            |