

**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, ИНН 9109010130

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
(день 4)**

на «12» марта 2026 г.

Утверждаю:  
Директор  Т.А. Кибирева



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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20
	Омлет паровой с мясом	150	18,85	21,44	6,93	280,59
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>500</b>	<b>26,9</b>	<b>22,6</b>	<b>67,4</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 зеленые со сметаной	200	2,45	2,80	28,81	143,75
	Оладьи из печени	100	17,30	13,58	11,80	222,00
	Картофельное пюре	150	3,25	2,88	28,99	189,56
	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,11	105,75
	Хлеб ржаной	25	1,65	3,00	8,35	43,50
	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,27	42,53	176,74
Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
<b>Итого за обед</b>		<b>860</b>	<b>30,17</b>	<b>23,4</b>	<b>154,7</b>	<b>941,5</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 блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Овощи натуральные по сезону	100	0,70	0,10	1,90	11,00
	Омлет паровой с мясом	150	18,85	21,44	6,93	280,59
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
<b>Итого за завтрак</b>		<b>550</b>	<b>27,6</b>	<b>22,7</b>	<b>70,3</b>	<b>588,1</b>
<b>Стоимость, руб.</b>		<b>90 руб.</b>				
Обед	Овощи натуральные по сезону	100	0,70	0,10	1,90	11,00
	Щи зеленые со сметаной	250	3,09	35,03	360,41	179,69
	Оладьи из печени	100	17,30	13,58	11,80	222,00
	Картофельное пюре	180	3,90	3,46	34,79	227,47
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,48	141,00
	Хлеб ржаной	40	2,64	4,80	13,36	69,60
	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,27	42,53	176,74
Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
<b>Итого за обед</b>		<b>1010</b>	<b>33,63</b>	<b>58,11</b>	<b>504,07</b>	<b>1074,50</b>
<b>Стоимость, руб.</b>		<b>100,00 руб.</b>				