

Утверждаю

Директор филиала ООО «Аркада»

Л. С. Сидорова



10.06.2026 г.

7 день

### Завтрак для 1-4 классов

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Э/ц Ккал
Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20
Макароны, запеченные с сыром	150	10,15	11,94	25,58	250,80
Масло сливочное (порц.в инд.упак.) 1/10гр	10	0,05	8,25	0,08	74,80
Батон пшеничный	30	2,31	0,90	15,03	77,70
Фрукт свежий (по сезону)	120	0,48	0,48	12,93	56,40
Кофейный напиток	200	3,17	3,10	15,95	100,60

### Завтрак для 5-11 классов

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Э/ц Ккал
Овощи натуральные по сезону	100	0,90	1,05	2,85	16,50
Макароны, запеченные с сыром	200	13,53	15,92	34,11	334,40
Масло сливочное (порц.в инд.упак.)1/10гр	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Батон пшеничный	40	3,08	1,20	20,04	103,60
Фрукт свежий (по сезону)	120	0,48	0,48	12,93	56,40
Кофейный напиток	200	3,17	3,10	15,95	100,60

### Обед для 1-4 классов

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Э/ц Ккал
Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20
Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00
Котлеты (биточки) рыбные	100	10,63	12,64	13,07	209,45
Каша вязкая рисовая	150	3,78	7,78	39,29	242,00
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,11	105,75
Хлеб ржаной	25	1,65	3,00	8,35	43,50
Фрукт свежий (по сезону)	120	0,48	0,48	12,93	56,40
Компот из сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38

### Обед для 5-11 классов

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Э/ц Ккал
Овощи натуральные по сезону	100	0,90	1,05	2,85	16,50
Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,93	10,94	103,75
Котлеты (биточки) рыбные	100	10,63	12,64	13,07	209,45
Каша вязкая рисовая	180	4,54	9,34	47,15	290,40
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Фрукт свежий (по сезону)	120	0,48	0,48	12,93	56,40
Компот из сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38