



СОГЛАСОВАНО

Директор

ГБОУ СО ЕШИ № 6

Сидлярчук Е.Е.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ООО "Общественное питание"

Фомин А.М.

МЕНЮ



Дата

2026 г

2 день

Вторник

Возраст детей 7-11 лет

Но- мер ре- ц.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Вита- мин С, мг	Цена, руб
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				
Завтрак										
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200	4,99	3	6,51	0,51	26,42	182,8	0,53	28,45
-	Масло сливочное	15	0,12	0,12	10,88	0	0,2	99,1	0	23,45
30/10	Чай с молоком	200	2,92	2,84	3,16	0,02	14,44	95,2	0,52	15,06
-	Батон витаминизированный	85	6,55	0	2,55	2,55	45,31	229,1	0	11,63
Итого за 'Завтрак'			14,6	5,96	23,1	3,08	86,36	606	1,05	78,59
Обед										
B21	Свекла отварная	70	1,05	0	0,07	0,07	6,85	28,13	1,47	10,05
11/2	Рассольник "Ленинградский"	200	1,95	0	4,24	4,24	15,62	106,2	5,76	49,87
-	Сметана	5	0,12	0	0,66	0	0,16	7,171	0,01	6,03
9/8	Печень по-строгановски	90	11,47	10,61	12,79	5,73	2,62	171,9	6,18	81,60
46/3	Макаронные изделия отварные	210	7,42	0,04	4,17	0,93	47,75	257,5	0	20,42
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0	0,1	0,1	14,6	55,74	39	10,50
-	Хлеб пшеничный	35	2,31	0	0,23	0,23	16,42	78,37	0	6,79
-	Хлеб ржаной	45	2,97	0	0,54	0,54	18,77	87,02	0	4,15
Итого за 'Обед'			27,53	10,65	22,8	11,84	122,8	792,1	52,42	189,41
Итого цена завтрак и обед										268,00
Полдник										
51/3	Биточки (котлеты) картофельные с творогом запеченные	150	10,14	7,73	7,92	2,05	24,18	208,8	9,08	32,05
-	Напиток с витаминами Витошка	180	0	0	0	0	17,06	63,64	7,2	12,01
Итого за 'Полдник'			10,1	7,73	7,92	2,05	41,23	272	16,28	44,06
Ужин										
36/8/1	Тефтели из мяса с рисом (ежики) с соусом	90	8,24	7,06	14,26	0,13	10,37	201,4	2,89	75,51
3/3	Картофельное пюре	180	3,73	0,65	4,4	0,62	26,49	159,1	6,54	27,01
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0	0,02	0,02	4,95	19,22	0	5,99
-	Хлеб пшеничный	55	3,64	0	0,36	0,36	25,8	123,1	0	5,89
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0	0,6	0,6	20,85	96,69	0	2,80
Итого за 'Ужин'			18,98	7,72	19,65	1,73	88,08	598,2	9,43	117,20
2 ужин										
-	Кефир	200	5,8	5,8	6,4	0	8	116,6	1,4	17,74
Итого за '2 ужин'			5,8	5,8	6,4	0	8	117	1,4	17,74
Итого за день			77	37,86	79,9	18,7	346,5	2385	80,57	447,00