



приятного аппетита!

"Утверждаю"

Директор МАОУ

"Средняя школа

25

февраля

2026 г.



№ 33"

День 9



меню школьника

наименование блюд

для 5-11 классов

Завтрак	выход, г	цена, руб.	ккал	ккал
Яйцо отварное	40	12,00	62,8	
Сыр	15	18,76	54,6	
Каша молочная рисовая	200/5/5	29,50	264,14	
Масло сливочное	10	14,81	66,09	
Хлеб пшеничный	39,8	7,41	93,98	
Чай с сахаром и лимоном	200/11/7	4,18	47,79	
Яблоко	100	25,34	47,03	
итого завтрак	632,8	112,00	636,43	0

Обед	выход, г	цена, руб.	ккал	ккал
Салат из свёклы с зел/горошк.	100	22,64	116,58	
Борщ с карт, сметаной и говяд.	10/250/15	41,24	172,81	
Бифштекс рубленый	100	79,99	245,95	
Соус сметанно-томатный	30	17,67	21,68	
Макароньы отварные с маслом	180/5	16,66	276,41	
Хлеб пшеничный	39,9	7,44	94,21	
Хлеб ржано-пшеничный	30,9	4,97	62,93	
Компот из сухофруктов	200	5,46	86,9	
Груши	123	38,93	56,58	
итого обед	1083,8	235	1134,05	0

Калькулятор _____

Шеф-повар _____