



приятного аппетита!

"Утверждаю"

Директор МАОУ
"Средняя школа
Дубонец И. П."

21

апреля

№ 33"

2026 г.



День 19



меню школьника

наименование блюд для 5-11 классов

Завтрак	выход, г	цена, руб.	ккал	
Сыр	15	18,76	54,6	
Яйцо варёное	40	12	62,8	
Масло сливочное	10	14,8	66,09	
Хлеб пшеничный	39,2	7,3	92,56	
Каша молочная гречневая	200/5/5	28,12	269,54	
Чай с сахаром и лимоном	200/11/7	4,17	47,79	
Груша	100	31,85	46	
итого завтрак	632,2	117	639,38	0

Обед	выход, г	цена, руб.	ккал	
Салат из капусты с зеленью, овощами	100	40,7	89,2	
Борщ с фасолью, говядиной, сметаной	10/250/10	37,97	180,73	
Куриное филе в сырном соусе	105	90,99	196,05	
Макароны отварные	180	9,65	243,36	
Хлеб пшеничный	40,3	7,52	95,35	
Хлеб ржано-пшеничный	29,9	4,82	61,01	
Компот из вишни	200	18,33	54,73	
Яблоки	100	25,02	47,03	
итого обед	1025,2	235	967,46	0

Полдник	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	ккал
итого полдник		0	0	0	0

Калькулятор _____
Шеф-повар _____