Утверждаю:
Ген.директор ООО "Школьник"
_____ Д.В.Оськин

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 64
_____ О.И.Чуб

МЕНЮ
на 12 ноября 2026 года

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг.цен. ность, ккал	№ рец.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
1-4 класс							
Завтрак 1	Омлет	100	10	16,7	1,9	198,1	П, 305
	Салат из свеклы	100	1,5	5,2	9,5	75,3	П.50
	Чай с лимоном	200	0,26	0,05	15,22	59,0	П, 494
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Бутерброд с сыром	20/15/5	4,7	7,9	7,3	123,0	М, 3
	Сок фруктовый в инд.пром.упак.0,2	1 шт	1	0,2	20,2	92	11.1.1.16
	ИТОГО		**18,8**	**30,3**	**60,8**	**582,2**	
	ЦЕНА, руб						**68,51**
Обед 1	Салат "Витаминный"	60	0,7	6,1	6,3	82,8	П.2
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	5,0	10,7	95,0	П, 128
	сметана 15% жирности	10	0,3	1,5	0,4	16,0	1.4.2.1.
	Котлеты припущенные	90	13,5	11,6	10,1	203,1	П.209 (2008)
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	10,8	41,3	303,0	П, 237
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124,0	М, 639
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	П. 108
	ИТОГО		**28,2**	**35,4**	**116,7**	**905,7**	
	ЦЕНА, руб						**68,51**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**46,9**	**65,7**	**177,5**	**1487,9**	
5-11 класс							
Завтрак 2	Омлет	100	15	25	2,8	297,2	П, 305
	Салат из свеклы	100	1,5	5,2	9,5	75,3	П.50
	Чай с лимоном	200	0,26	0,05	15,22	59,0	П, 494
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Бутерброд с маслом	20/10	1,6	16,7	10,0	197,0	М1
	Сок фруктовый в инд.пром.упак.0,2	1 шт	1	0,2	20,2	92	11.1.1.16
	ИТОГО		**20,7**	**47,4**	**64,4**	**755,3**	
	ЦЕНА, руб						**62,42**
Обед 2	Салат "Витаминный"	100	1,09	10	10,5	138,0	П.2
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	5,0	10,7	95,0	П, 128
	сметана 15% жирности	10	0,3	1,5	0,4	16,0	1.4.2.1.
	Курица отварная	25	3,75	2,75	0,125	60,8	М487
	Котлеты припущенные	100	15	12,9	11,2	225,7	П.209 (2008)
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	12,9	49,5	363,6	П, 237
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124,0	М, 639
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	П. 108
	ИТОГО		**35,6**	**45,5**	**130,3**	**1104,9**	
	ЦЕНА, руб						**93,02**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**56,2**	**92,8**	**194,7**	**1860,2**	

Бухгалтер