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

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

# МЕНЮ
## на 17 ноября 2026 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещ-ва (г) | | | Энергценность, ккал | № рец. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| *1-4 класс* | | | | | | | |
| Завтрак 1 | Омлет | 150 | 15 | 25,1 | 2,8 | 297,3 | П, 305 |
| | Каша гречневая вязкая с молоком | 200 | 9,1 | 12,9 | 65,2 | 332,9 | П.248 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0 | 15 | 60,0 | П, 493 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 34,8 | П. 109 |
| | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | П. 111 |
| | Масло сливочное | 10 | 0,15 | 10,8 | 0,15 | 99,0 | 5.1.5 |
| | **ИТОГО** | | **27,2** | **49,6** | **100,1** | **876,4** | |
| | **ЦЕНА, руб** | | | | | | **68,51** |
| Обед 1 | Салат из моркови с яблоком | 60 | 0,5 | 6,1 | 4,3 | 74,4 | П.9 |
| | Суп картофельный с макаронными изд. | 250 | 2,7 | 2,8 | 18,8 | 111,3 | П, 147 |
| | Курица отварная | 25 | 3,75 | 2,75 | 0,125 | 60,8 | М487 |
| | Рыба, тушенная в томате с овощами | 90 | 9,5 | 4,6 | 5 | 100,8 | М374 |
| | Рис отварной | 150 | 3,7 | 6,1 | 33,8 | 204,6 | П.414 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0 | 31,4 | 124,0 | М, 639 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 47,0 | П. 108 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 34,8 | П. 109 |
| | **ИТОГО** | | **23,5** | **22,7** | **109,9** | **757,7** | |
| | **ЦЕНА, руб** | | | | | | **68,51** |
| | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** | | **50,7** | **72,3** | **210,1** | **1634,1** | |
| *5-11 класс* | | | | | | | |
| Завтрак 2 | Омлет | 150 | 15 | 25,1 | 2,8 | 297,3 | П, 305 |
| | Каша гречневая вязкая с молоком | 150 | 6,8 | 9,7 | 48,9 | 249,7 | П.248 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0 | 15 | 60,0 | П, 493 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 34,8 | П. 109 |
| | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | П. 111 |
| | Масло сливочное | 10 | 0,15 | 10,8 | 0,15 | 99,0 | 5.1.5 |
| | **ИТОГО** | | **24,9** | **46,4** | **83,8** | **793,2** | |
| | **ЦЕНА, руб** | | | | | | **62,42** |
| Обед 2 | Салат из моркови с яблоком | 100 | 0,9 | 10,2 | 7,2 | 124,0 | П.9 |
| | Суп картофельный с макаронными изд. | 250 | 2,7 | 2,8 | 18,8 | 111,3 | П, 147 |
| | Курица отварная | 25 | 3,75 | 2,75 | 0,125 | 60,8 | М487 |
| | Рыба, тушенная в томате с овощами | 100 | 10,6 | 5,1 | 5,6 | 112,0 | М374 |
| | Рис отварной | 180 | 4,4 | 7,3 | 40,5 | 245,5 | П.414 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0 | 31,4 | 124,0 | М, 639 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 47,0 | П. 108 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 34,8 | П. 109 |
| | **ИТОГО** | | **25,8** | **28,5** | **120,1** | **859,4** | |
| | **ЦЕНА, руб** | | | | | | **93,02** |
| | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** | | **50,6** | **74,9** | **204,0** | **1652,6** | |

Бухгалтер