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

Согласовано:
И.о. Директора МБОУ СОШ № 64
_____ О.И. Чуб
Э.К.Плотникова

# МЕНЮ
## на 25 ноября 2026 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещ-ва (г) | | | Энергцен ность, ккал | № рец. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| *1-4 класс* | | | | | | | |
| Завтрак 1 | Запеканка из творога | 100 | 24,0 | 25,2 | 23,9 | 425,0 | П. 313 |
| | Молоко сгущеное | 10 | 0,7 | 0,9 | 5,6 | 32,8 | П. 481 |
| | Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" | 150 | 6,5 | 10,6 | 23,6 | 215,6 | П, 305 |
| | 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 |
| | Бутерброд с маслом | 20/10 | 1,6 | 16,7 | 10,0 | 197,0 | М1 |
| | **ИТОГО** | | **34,2** | **53,6** | **84,8** | **965,2** | |
| | **ЦЕНА, руб** | | | | | | **68,51** |
| Обед 1 | Винегрет овощной | 60 | 0,8 | 8,3 | 5,2 | 100,3 | М.71 |
| | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 1,8 | 5 | 7,8 | 83,0 | П, 142 |
| | 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 |
| | Рагу из птицы | 200 | 15,7 | 16,5 | 18,2 | 283,4 | П. 407 |
| | Напиток лимонный | 200 | 0,1 | 0 | 25,2 | 96,0 | М,699 |
| | 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** | | **25,3** | **34,5** | **73,4** | **721,3** | |
| | **ЦЕНА, руб** | | | | | | **68,51** |
| | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** | | **59,4** | **88,0** | **158,2** | **1686,5** | |
| *5-11 класс* | | | | | | | |
| Завтрак 2 | Запеканка из творога | 100 | 24,0 | 25,2 | 23,9 | 425,0 | П. 313 |
| | Молоко сгущеное | 10 | 0,7 | 0,9 | 5,6 | 32,8 | П. 481 |
| | Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" | 200 | 8,7 | 14,1 | 31,5 | 287,5 | П, 305 |
| | 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 |
| | **ИТОГО** | | **36,3** | **41,0** | **92,9** | **892,5** | |
| | **ЦЕНА, руб** | | | | | | **62,42** |
| Обед 2 | Винегрет овощной | 100 | 1,3 | 13,8 | 8,7 | 130,0 | М.71 |
| | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 1,8 | 5 | 7,8 | 83,0 | П, 142 |
| | 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 |
| | Рагу из птицы | 200 | 15,7 | 16,5 | 18,2 | 283,4 | П. 407 |
| | Напиток лимонный | 200 | 0,1 | 0 | 25,2 | 96,0 | М,699 |
| | 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 |
| | Фрукт сезонного значения | 1 шт | 0,4 | 0,74 | 9,8 | 47,0 | 9.1.4.7 |
| | **ИТОГО** | | **26,1** | **40,7** | **86,7** | **798,0** | |
| | **ЦЕНА, руб** | | | | | | **93,02** |
| | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** | | **62,4** | **81,7** | **179,6** | **1690,5** | |

Бухгалтер