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

Согласовано:
И.О. директора МБОУ СОШ № 64
_____ Э.К. Плотникова

# МЕНЮ
## на 26 ноября 2026 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещ-ва (г) | | | Энерг.ценность, 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