

**Для детей обучающихся 1-4 класс**

14 октября 2026 г.

| №       | Название блюда                        | вес<br>в<br>грамма<br>х | цена<br>в рублях | способ<br>пригото<br>вления | сведения о пищевой и<br>энергетической ценности блюд |              |               |                              |
|---------|---------------------------------------|-------------------------|------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------|--------------|---------------|------------------------------|
|         |                                       |                         |                  |                             | белки                                                | жиры         | углево<br>ды  | энерг.<br>ценность<br>(ккал) |
| завтрак |                                       |                         |                  |                             |                                                      |              |               |                              |
|         |                                       |                         |                  |                             |                                                      |              |               |                              |
|         |                                       |                         |                  |                             |                                                      |              |               |                              |
|         |                                       |                         |                  |                             |                                                      |              |               |                              |
|         |                                       |                         |                  |                             |                                                      |              |               |                              |
|         |                                       |                         |                  |                             |                                                      |              |               |                              |
|         |                                       |                         |                  |                             |                                                      |              |               |                              |
|         |                                       |                         |                  |                             |                                                      |              |               |                              |
| обед    |                                       |                         |                  |                             |                                                      |              |               |                              |
| 54-34з  | Салат картофельный с зеленым горошком | 100                     | 17,07            |                             | 0,88                                                 | 7,2          | 5,36          | 89,36                        |
| 54-18с  | Свекольник со сметаной                | 200                     | 9,23             | варка                       | 1,8                                                  | 4,28         | 10,65         | 88,29                        |
| 210     | Курица в соусе с томатом              | 120                     | 71,87            | запекание                   | 34,5                                                 | 41,62        | 5,44          | 534,29                       |
| 54-1г   | Макароны отварные                     | 200                     | 9,94             | варка                       | 5,35                                                 | 5,55         | 46,41         | 201,97                       |
| 54-1хн  | Компот из смеси сухофруктов           | 200                     | 4,69             | варка                       | 0,5                                                  | 0            | 19,8          | 81                           |
| Пром    | Хлеб пшеничный                        | 50                      | 4,00             | нарезка                     | 3,46                                                 | 0,36         | 22,27         | 108,45                       |
| Пром    | Хлеб ржаной                           | 30                      | 3,07             | нарезка                     | 2,11                                                 | 0,52         | 11,66         | 59,76                        |
|         | <b>Всего за день</b>                  | <b>830</b>              | <b>119,87</b>    |                             | <b>50,35</b>                                         | <b>61,38</b> | <b>118,88</b> | <b>1230,45</b>               |

Повар Нас Насыбулина Г.А.

Директор школы Бессарабова Р.Д. Бессарабова Р. Д.

