

Утверждаю



директор

МКОУ "Таборинская СОШ"

/Белоусов Антон Васильевич/

# МЕНЮ

10 июня 2026 г.

ЛОЛ 12-18

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ</b> пшено, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, масло сливочное, вода питьевая, соль йодированная	250	14,54	8,77	11,60	50,57	342,65
<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ</b> сыр российский, масло сливочное, хлеб пшеничный	75	19,85	9,63	18,62	15,84	280,34
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай, сахар песок, вода питьевая	200	1,43	0,19	0,00	14,93	60,46
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничный	50	2,97	1,84	0,17	12,06	109,61
<b>Итого</b>		38,79	20,43	30,39	93,40	793,06
<b>Второй завтрак</b>						
<b>ВАФЛИ</b> вафли	100	38,00	8,00	52,00	126,00	1 012,00
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок фруктовый	200	28,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ</b> шоколад молочный	50	5,63	7,13	25,25	36,67	403,04
<b>Итого</b>		71,63	15,13	77,25	162,67	1 415,04
<b>Обед</b>						
<b>РАССОЛЬНИК</b> птица, картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло растительное, сметана 20% жирности, соль йодированная, вода питьевая	250	18,76	8,97	11,56	14,50	198,27
<b>ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ</b> говядина б/к, крупа рисовая, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль йодированная	200	52,97	17,43	16,39	34,25	354,27
<b>САЛАТ ЗЕЛЕНый С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ</b> огурцы свежие, томаты грунтовые, масло растительное	100	11,50	0,56	10,08	1,83	100,80
<b>НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА</b> шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая	200	7,17	0,66	0,27	23,89	113,15
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничный	30	1,78	1,11	0,11	7,24	65,77
<b>ФРУКТ</b> мандарин	150	39,52	0,70	0,17	6,55	33,16
<b>Итого</b>		131,70	29,43	38,58	88,26	865,42
<b>Всего</b>		242,11	64,99	146,22	344,33	3 073,52

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_

Головотюк Елена Владимировна