

Утверждаю



директор
МКОУ "Таборинская СОШ"
/Белуосов Антон Васильевич/

МЕНЮ
10 июня 2026 г.

ЛОЛ 7-11

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ пшено, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, масло сливочное, вода питьевая, соль йодированная	200	11,63	7,03	9,30	40,48	274,37
БУТЕРБРОД С СЫРОМ сыр российский, масло сливочное, хлеб пшеничный	75	19,85	9,63	18,62	15,84	280,34
ЧАЙ С САХАРОМ чай, сахар песок, вода питьевая	200	1,42	0,19	0,00	14,93	60,46
Итого		32,91	16,85	27,92	71,25	615,17
Второй завтрак						
ВАФЛИ вафли	100	38,00	8,00	52,00	126,00	1 012,00
СОК ФРУКТОВЫЙ сок фруктовый	200	28,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ шоколад молочный	50	5,63	7,13	25,25	36,67	403,04
Итого		71,63	15,13	77,25	162,67	1 415,04
Обед						
РАССОЛЬНИК птица, картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло растительное, сметана 20% жирности, соль йодированная, вода питьевая	200	15,00	7,17	9,23	11,55	158,49
ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, крупа рисовая, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль йодированная	150	39,74	13,08	12,29	25,71	265,73
САЛАТ ЗЕЛЕНый С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ огурцы свежие, томаты грунтовые, масло растительное	100	11,50	0,56	10,08	1,83	100,80
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая	200	7,17	0,66	0,27	23,89	113,15
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничный	30	1,78	1,11	0,11	7,24	65,77
ФРУКТ мандарин	150	39,53	0,70	0,17	6,55	33,17
Итого		114,72	23,28	32,15	76,77	737,11
Всего		219,25	55,26	137,32	310,69	2 767,32

Зав. производством (шеф-повар) _____

Головотюк Елена Владимировна