

МЕНЮ
17 марта 2026 г.



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Психическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	С	
1-4 классы							
Усиленный Завтрак	Салат из отварной свеклы	60	0.86	3.05	5.7	45.21	
	Тефтели из говядины с рисом «ежики»	100	9.16	13.53	9.44	196.14	
	Макароны отварные с маслом слив.	150	5.52	5.29	35.23	211.09	
	Компот из сухофруктов	200	0.56		27.89	113.79	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3.18	0.30	20.07	94.08	
	Хлеб пшеничный	30	3.0	0.44	19.8	90.62	
	Итого за завтрак	570	22.28	22.61	118.31	750.93	
1-4 классы (ОВЗ, ШПД)							
Завтрак:	Каша молочная пшеничная жидкая	200/5	7.44	8.07	35.28	243.92	
	Бутерброд с повидлом	65	1.77	7.8	32.95	209.3	
	Кофейный напиток с молоком	200	1.4	1.6	17.35	89.32	
	Хлеб пшеничный	30	3.00	0.44	19.8	90.62	
Итого за завтрак:		500	13.61	17.91	105.38	633.16	
Обед:	Салат из свеклы	60	0.86	3.05	5.7	45.21	
	Рассольник ленинградский со сметаной	200	4.02	9.04	25.9	119.68	
	Тефтели из говядины с рисом «ежики»	100	9.16	13.53	9.44	196.14	
	Макароны отварные с маслом слив.	150	5.52	5.29	35.23	211.09	
	Компот из сухофруктов	200	0.56		27.89	113.79	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3.18	0.30	20.07	94.08	
	Хлеб пшеничный	30	3.0	0.44	19.8	90.62	
Итого за обед:		770	26.3	31.65	144.03	870.61	
5-11 классы (ОВЗ)							
Завтрак	Каша молочная пшеничная	255	9.3	10.09	44.1	304.9	
	Бутерброд с повидлом	65	1.77	7.8	32.95	203.9	
	Кофейный напиток с молоком	200	1.4	1.6	17.35	89.32	
	Хлеб пшеничный	30	3.00	0.44	19.8	90.62	
Итого за завтрак:		550	15.47	19.93	114.2	688.74	
Обед:	Салат из отварной свеклы	100	1.43	5.09	9.5	75.35	
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	5.08	11.3	32.38	149.60	
	Тефтели из говядины с рисом «ежики»	130	11.78	17.4	12.14	252.18	
	Макароны отварные с маслом слив.	180	6.84	6.35	42.39	253.31	
	Компот из сухофруктов	200	0.56		27.89	113.79	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3.18	0.30	20.07	94.08	
	Хлеб пшеничный	30	3.0	0.44	19.8	90.62	
Итого за обед:		920	31.87	40.88	164.17	1028.93	
5-11 классы							
Усиленный Завтрак	Салат из отварной свеклы	100	1.43	5.09	9.5	75.35	
	Тефтели из говядины с рисом «ежики»	130	11.78	17.4	12.14	252.18	
	Макароны отварные с маслом слив.	180	6.84	6.35	42.39	253.31	
	Компот из сухофруктов	200	0.56		27.89	113.79	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3.18	0.3	20.7	94.08	
	Хлеб пшеничный	30	3	0.44	19.8	90.62	
	Итого за завтрак	670	26.79	29.58	131.79	879.33	

И.Г. Бардаков

(Подпись)