

# МЕНЮ



Дата: 29 сентября 2026 г.  
документ № 8  
Бардакова

| Прием пищи           | Наименование блюда                   | Вес | Пищевая ценность |       |        |         | Энергетическая ценность |
|----------------------|--------------------------------------|-----|------------------|-------|--------|---------|-------------------------|
|                      |                                      |     | Б                | Ж     | У      | Э       |                         |
| 1-4 класс            |                                      |     |                  |       |        |         |                         |
| Усиленный завтрак    | Помидор свежий нарезка               | 60  | 0,66             | 1,02  | 2,76   | 23      |                         |
|                      | Тефтели из говядины в молочном соусе | 130 | 16,52            | 18,77 | 11,24  | 280,07  |                         |
|                      | Картофельное пюре                    | 150 | 3,19             | 5,43  | 23,29  | 160,41  |                         |
|                      | Компот из свежих яблок               | 200 | 0,16             | 0,16  | 27,87  | 114,56  |                         |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный                 | 30  | 3,18             | 0,3   | 20,07  | 94,08   |                         |
|                      | Хлеб пшеничный                       | 30  | 3                | 0,44  | 19,8   | 90,82   |                         |
| Итого:               |                                      | 600 | 26,71            | 26,12 | 105,03 | 762,94  |                         |
| 1-4 класс (ОВЗ), ГПД |                                      |     |                  |       |        |         |                         |
| Завтрак              | Омлет натуральный                    | 150 | 13,43            | 20,81 | 3,5    | 255,09  |                         |
|                      | Бутерброд с повидлом                 | 60  | 1,72             | 4,2   | 32,9   | 176,3   |                         |
|                      | Хлеб пшеничный                       | 30  | 3                | 0,44  | 19,8   | 90,62   |                         |
|                      | Какао с молоком сгущенным            | 200 | 3,78             | 3,91  | 26,04  | 154,15  |                         |
| Итого:               |                                      | 440 | 21,93            | 29,36 | 82,24  | 676,16  |                         |
| Обед                 | Помидор свежий нарезка               | 60  | 0,66             | 1,02  | 2,76   | 23      |                         |
|                      | Рассольник Ленинградский со сметаной | 200 | 4,02             | 9,04  | 25,9   | 119,68  |                         |
|                      | Тефтели из говядины в молочном соусе | 130 | 16,52            | 18,77 | 11,24  | 280,07  |                         |
|                      | Картофельное пюре                    | 150 | 3,19             | 5,43  | 23,29  | 160,41  |                         |
|                      | Компот из свежих яблок               | 200 | 0,16             | 0,16  | 27,87  | 114,56  |                         |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный                 | 30  | 3,18             | 0,3   | 20,07  | 94,08   |                         |
|                      | Хлеб пшеничный                       | 30  | 3                | 0,44  | 19,8   | 90,62   |                         |
| Итого:               |                                      | 800 | 30,73            | 35,16 | 130,93 | 882,42  |                         |
| 5-11 классы          |                                      |     |                  |       |        |         |                         |
| Обед                 | Помидор свежий нарезка               | 60  | 0,66             | 1,02  | 2,76   | 23      |                         |
|                      | Рассольник Ленинградский со сметаной | 250 | 5,08             | 11,03 | 32,38  | 149,6   |                         |
|                      | Тефтели из говядины в молочном соусе | 170 | 22,03            | 25,03 | 14,98  | 373,42  |                         |
|                      | Картофельное пюре                    | 200 | 4,26             | 8,08  | 31,06  | 213,94  |                         |
|                      | Компот из свежих яблок               | 200 | 0,16             | 0,16  | 27,87  | 114,56  |                         |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный                 | 30  | 3,18             | 0,3   | 20,07  | 94,08   |                         |
|                      | Хлеб пшеничный                       | 30  | 3                | 0,44  | 19,8   | 90,62   |                         |
| Итого:               |                                      | 940 | 38,37            | 46,06 | 148,92 | 1059,22 |                         |
| 5-11 класс (ОВЗ)     |                                      |     |                  |       |        |         |                         |
| Завтрак              | Омлет натуральный                    | 200 | 17,9             | 27,75 | 4,67   | 340,12  |                         |
|                      | Бутерброд с повидлом                 | 60  | 1,72             | 4,2   | 32,9   | 176,3   |                         |
|                      | Хлеб пшеничный                       | 30  | 3                | 0,44  | 19,8   | 90,62   |                         |
|                      | Какао с молоком сгущенным            | 200 | 3,78             | 3,91  | 26,04  | 154,15  |                         |
| Итого:               |                                      | 490 | 26,4             | 36,3  | 83,41  | 761,19  |                         |
| Обед                 | Помидор свежий нарезка               | 60  | 0,66             | 1,02  | 2,76   | 23      |                         |
|                      | Рассольник Ленинградский со сметаной | 250 | 5,08             | 11,03 | 32,38  | 149,6   |                         |
|                      | Тефтели из говядины в молочном соусе | 170 | 22,03            | 25,03 | 14,98  | 373,42  |                         |
|                      | Картофельное пюре                    | 200 | 4,26             | 8,08  | 31,06  | 213,94  |                         |
|                      | Компот из свежих яблок               | 200 | 0,16             | 0,16  | 27,87  | 114,56  |                         |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный                 | 30  | 3,18             | 0,3   | 20,07  | 94,08   |                         |
|                      | Хлеб пшеничный                       | 30  | 3                | 0,44  | 19,8   | 90,62   |                         |
| Итого:               |                                      | 940 | 38,37            | 46,06 | 148,92 | 1059,22 |                         |

ИП Боковой Е.И.

*Боковой*