



Меню школьника
Столовой общеобразовательной школы
4 Июня 2025 г
Среда (3 день)

Наименование блюд			Выход 7-11 лет	Выход 12-18 лет	Энергетическая ценность							
					Белки		Жиры		Углеводы		Калор-ть, в ккал.	
					7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18
ЗАВТРАК												
Бутерброд с сыром (2-й вариант)			45	45	6,42	6,42	10,4	10,4	9,5	9,5	158,15	158,15
*	Каша «Дружба»		200	250	5,26	6,57	11,66	14,57	21,2	26,5	226,2	282,75
*	Какао с молоком сгущенном (1-й вариант)		200	200	3,7	3,7	3,8	3,8	24,5	24,5	147	147
*	Печенье		40	40	3	3	3,92	3,92	29,76	29,76	166,8	166,8
*	Хлеб пшеничный		30	30	2,28	2,28	0,24	0,24	14,76	14,76	70,5	70,5
Итого			515	565	20,66	21,97	30,02	32,93	99,72	105,02	768,65	825,2
ОБЕД												
6	Салат «Солнечный»		70	100	1,3	1,86	6,18	8,84	7,57	10,82	91,24	130,35
	Щи из свежей капусты		200	250	1,66	2,08	5,06	6,33	8,5	10,63	86,25	107,82
	Котлеты мясо-картофельные по -хлыновски		90	105	14,3	16,69	12,96	15,12	14,4	16,8	234,9	274,05
	Пюре из гороха с маслом		150	175	14,26	16,65	4,38	5,12	28,38	33,12	210	245
	Компот из свежих яблок лимон		200	200	0,25	0,25	0,25	0,25	25,35	25,35	104,07	104,07
	Хлеб пшеничный		50	50	3,8	3,8	0,4	0,4	24,6	24,6	117,5	117,5
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)		50	50	3,3	3,3	0,6	0,6	17	17	90,5	90,5
	Итого:		810	930	38,87	44,63	29,83	36,66	125,8	138,32	934,46	1069,29
	ВСЕГО:		1325	1495	59,53	66,6	59,85	69,59	225,52	243,34	1703,11	1894,49

Зав.производством: Засухина Т.В.

Зав.производством: Засухина Т.В.

Калькулятор: Честных О.В.

ЗАСУХИНА Т.В.

ЧЕСТНЫХ О.В.