

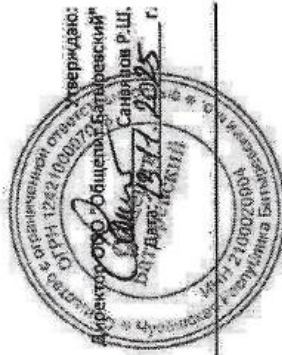


Согласовано:

Директор

Дата: _____

Мухомов А.В.
(ФИО директора)



Сверждено:

Директор

Дата: _____

Савицкий Р.Ш.
(ФИО директора)

Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений

Возрастная категория: с 7 – 11 лет 13.11.2025г

Осенне- зимний сезон.

	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность					Витамины и минеральные вещества									
					Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
Завтрак	3	Бутерброд с сыром	50	20,31	162,8	5,76	7,95	14,62		0,04	0,1	0,06	0,16	139,2	96	9,45			
	175	Каша из риса и пшена с маслом	210(200/10)	24,17	259,24	5,97	11,4	33,09		0,1	1,3	0,06	0,21	127,36	156,59	36,4			
	376	Чай с сахаром	200(15)	2	56,85	0,1	0,03	14,99		0	0	0	0	0	0	0			
		Хлеб пшеничный	40	3,04	95,2	3,04	0,32	19,44		0,04	0	0	0,04	8	26	5,6			
		Итого	500	49,52	574,09	14,87	19,7	82,14		0,18	1,4	0,12	0,41	274,56	278,59	51,45			
Обед	67	Винегрет овощной	60	5	74,6	0,8	6,06	4,11		0,03	7,77	0,13	2,72	15,39	24,65	11,12			
	88	Щи из свежей капусты с картошкой со сметаной	205(200/5)	10	79,76	1,5	4,94	6,49		0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	40,01	17,79			
	260	Гуляш из говядины	100	65,5	221	14,55	16,79	2,89		0,03	0,92	0,03	0	21,81	154,15	22,03			
	309	Макаронные отварные	150	10	196,87	5,38	4,68	32,4		0,05	0	0,03	1,11	5,42	51,46	9,21			
	377	Чай с лимоном	200(15/7)	4	59,16	0,16	0,03	15,2		0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84			
		Хлеб Дарницкий	40	3,04	98	3,12	0,36	0		0	0	0	0	0	0	0			
		Хлеб пшеничный	20	1,52	47,6	1,52	0,16	9,72		0,02	0	0	0,02	4	13	2,8			
обед		Итого	775	99,06	776,99	27,03	33,02	70,81		0,18	29,53	0,4	5,78	82,61	284,81	63,79			
		Щи из свежей капусты с картошкой со сметаной и с мясом	200(5/30)	23,54	79,76	1,5	4,94	6,49		0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	40,01	17,79			

Повар _____

Медсестра _____

Согласовано:

Директор:

(ФИО директора)

Дата: _____ г.

Утверждаю:

Директор ООО «Объединит Батыевский»

Санжапов Р.Ш.

Дата: 13.11.2025 г.

Меню для обучающихся образовательных учреждений
Возрастная категория: с 12 лет и старше на 13.11.2025 г.
Осенне-зимний сезон.

	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цены, Руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
					Ккал	Белки	Жиры	Углевод	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
Завтрак	3	Бутерброд с сыром	50	20,31	162,8	5,76	7,95	14,62	0,04	0,1	0,06	0,16	139,2	96	9,45	0,49
	175	Каша из риса и пшена с маслом	260(250/10)	27,17	320,97	7,4	14,12	40,97	0,12	1,61	0,07	0,26	157,69	193,99	45,07	0,95
	376	Чай с сахаром	200(15)	2	56,85	0,1	0,03	14,99	0	0	0	0	0	0	0	0
		Хлеб пшеничный	40	3,04	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
		Итого	550	52,52	635,82	16,3	22,42	90,02	0,2	1,71	0,13	0,46	304,89	315,99	60,12	1,88
Обед	67	Винегрет овощной	100	7,68	124,34	1,34	10,11	6,86	0,05	12,95	0,22	4,54	26,65	41,08	18,53	0,77
	88	Щи из свежей капусты с картоф.со сметаной	255(250/5)	12,18	98,12	1,85	5,94	8,26	0,06	21,86	0,25	2,37	38,64	50,06	21,86	0,78
	260	Гуляш из говядины	100(50/50)	65,5	221	14,55	16,79	2,89	0,03	0,92	0,03	2,42	21,81	154,15	22,03	3,06
	309	Макароны отварные	200	12,78	260,59	7,03	6,5	42,3	0,07	0	0,03	1,09	5,42	50,54	9,02	1,06
	377	Чай с лимоном	200(15/7)	4	59,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
		Хлеб Дарницкий	40	3,04	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
обед		Хлеб пшеничный	20	1,52	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
		Итого	915	106,7	908,81	29,57	39,89	85,23	0,23	38,53	0,53	10,45	99,32	310,37	75,08	5,93
	88	Щи из свежей капусты с картоф.со сметаной	255(250/5)	25,72	98,12	1,85	5,94	8,26	0,06	21,86	0,25	2,37	38,64	50,06	21,86	0,78