

Согласовано:

Директор

Дата:

(ФИО директора)

Согласовано:

Директор

Дата:

(ФИО директора)

Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений  
Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 23.09.2025 г

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    | Са     | Р      | Mg     | Fe   |
| Завтрак | 219     | Сырники из творога с молоком  | 100/20     | 43,05      | 265,5            | 21,68 | 17,94 | 34,28                           | 0,084 | 0,66  | 73,8  | 0,57 | 281,4  | 313,76 | 36,68  | 0,76 |
|         | 376     | Чай с сахаром                 | 200(15)    | 2          | 56,85            | 0,1   | 0,03  | 14,99                           | 0     | 0     | 0     | 0    | 0      | 0      | 0      | 0    |
|         | 2       | Бутерброд с повидлом          | 55         | 12,8       | 156,7            | 2,38  | 4,39  | 27,11                           | 0,05  | 0,1   | 0,02  | 0,44 | 10,9   | 29,4   | 11,3   | 0,87 |
|         | 338     | Яблоки св.порциями            | 100        | 13,5       | 45               | 0,4   | 0,4   | 9,8                             | 0,03  | 4     | 0,01  | 0,4  | 10     | 8      | 2      | 1    |
|         |         | Итого :                       | 475        | 71,35      | 479,05           | 24,16 | 22,36 | 76,38                           | 0,134 | 0,76  | 73,82 | 1,01 | 292,3  | 343,16 | 47,98  | 1,63 |
|         |         |                               |            |            |                  |       |       |                                 |       |       |       |      |        |        |        |      |
| Обед    | 43      | Салат из белокачанной капусты | 60         | 3          | 51,64            | 0,89  | 3,05  | 5,39                            | 0,02  | 21,6  | 0,12  | 1,39 | 24,34  | 17,98  | 9,85   | 0,33 |
|         |         | Борщ с капустой, картофелем   | 205(200/5) | 13,86      | 90,04            | 1,57  | 4,87  | 10,71                           | 0,04  | 9,88  | 0,22  | 1,96 | 35,92  | 43,29  | 22,02  | 0,94 |
|         | 291     | Плов из птицы                 | 200        | 45,2       | 305,34           | 16,94 | 10,46 | 35,74                           | 0,1   | 6,03  | 0,1   | 4,4  | 46,34  | 175,34 | 54,04  | 1,98 |
|         | 348     | Компот из кураги              | 200        | 10         | 124,18           | 1,08  | 0     | 31,33                           | 0,02  | 0,83  | 0,12  | 1,14 | 33,08  | 30,19  | 21,71  | 0,66 |
|         |         | Хлеб Дарницкий                | 40         | 3,04       | 98               | 3,12  | 0,36  | 0                               | 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    | 0,22 |
|         |         | Итого                         | 725        | 76,62      | 716,8            | 25,12 | 18,9  | 92,89                           | 0,2   | 38,34 | 0,56  | 8,91 | 143,68 | 279,8  | 110,42 | 4,13 |
| Обед    |         |                               |            |            |                  |       |       |                                 |       |       |       |      |        |        |        |      |
|         | 82      | Борщ с капустой, картофелем   | 205(200/5) | 27,4       | 90,04            | 1,57  | 4,87  | 10,71                           | 0,04  | 9,88  | 0,22  | 1,96 | 35,92  | 43,29  | 22,02  | 0,94 |

Согласовано:

Директор

Михайлов А.Б.  
(подпись директора)

Дата:

Утверждено:

Директор Общественного учреждения  
"Санитарно-эпидемиологический  
центр"

Дата: 29.09.2025

Общественное учреждение  
"Батарецкий"

**Меню для обучающихся образовательных учреждений**  
**Возрастная категория: с 12 лет и старше на 23.09.2025г.**

**Осенне-зимний сезон**

| № по СР | Наименование блюда                     | Выход (гр) | Цена, руб. | Пищевая ценность |       |       |          | Витамины и минеральные вещества |       |       |       |       |        |       |      |
|---------|----------------------------------------|------------|------------|------------------|-------|-------|----------|---------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|------|
|         |                                        |            |            | Ккал             | Белки | Жиры  | Углеводы | B1                              | C     | A     | E     | Ca    | P      | Mg    | Fe   |
| Завтрак | 219 Сырники из творога с молоком       | 100/20     | 43,05      | 265,5            | 21,68 | 17,94 | 34,28    | 0,084                           | 0,66  | 73,8  | 0,57  | 281,4 | 313,76 | 36,68 | 0,76 |
|         | 376 чай с сахаром                      | 200(15)    | 2          | 56,85            | 0,1   | 0,03  | 14,99    | 0                               | 0     | 0     | 0     | 0     | 0      | 0     | 0    |
|         | 2 Бутерброд с повидлом                 | 55         | 12,8       | 156,7            | 2,38  | 4,39  | 27,11    | 0,05                            | 0,1   | 0,02  | 0,44  | 10,9  | 29,4   | 11,3  | 0,87 |
|         | 338 Яблоки св. порциями                | 100        | 13,5       | 45               | 0,4   | 0,4   | 9,8      | 0,03                            | 4     | 0,01  | 0,4   | 10    | 8      | 2     | 1    |
|         | Итого :                                | 475        | 71,35      | 524,05           | 24,56 | 22,76 | 86,18    | 0,164                           | 4,76  | 73,83 | 1,41  | 302,3 | 351,16 | 49,98 | 2,63 |
| Обед    | 45 Салат из белокочанной капусты       | 100        | 5          | 86,07            | 1,48  | 5,08  | 8,98     | 0,03                            | 36,01 | 0,21  | 2,32  | 40,57 | 29,96  | 16,42 | 0,54 |
|         | 82 Борщ с капустой картофелем со смет. | 255(250/5) | 17,01      | 114,89           | 2,04  | 5,96  | 14,37    | 0,05                            | 12,35 | 0,27  | 2,5   | 45,01 | 58,06  | 28,33 | 1,24 |
|         | 291 Плов из птицы                      | 200        | 45,2       | 305,34           | 16,94 | 10,46 | 35,74    | 0,1                             | 6,03  | 0,1   | 4,4   | 46,34 | 175,34 | 54,04 | 1,98 |
|         | 348 Компот из кураги                   | 200        | 10         | 124,18           | 1,08  | 0     | 31,33    | 0,02                            | 0,83  | 0,12  | 1,14  | 33,88 | 30,19  | 21,71 | 0,66 |
|         | Хлеб Дарницкий                         | 40         | 3,04       | 98               | 3,12  | 0,36  | 0        | 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   | 0,22 |
|         | Итого                                  | 815        | 81,77      | 776,08           | 26,18 | 22,02 | 100,14   | 0,22                            | 55,22 | 0,7   | 10,38 | 169   | 306,55 | 123,3 | 4,64 |

|      |                                                |            |       |        |      |      |       |      |       |      |     |       |       |       |      |
|------|------------------------------------------------|------------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|------|-----|-------|-------|-------|------|
| Обед | 82 Борщ с капустой картофелем со смет. с мясом | (250/5/30) | 30,55 | 114,89 | 2,04 | 5,96 | 14,37 | 0,05 | 12,35 | 0,27 | 2,5 | 45,01 | 58,06 | 28,33 | 1,24 |
|------|------------------------------------------------|------------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|------|-----|-------|-------|-------|------|