



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 11
2025г.



МЕНЮ
На 4 Июля 2025
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 11 до 15 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
209	Яйцо вареное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	13-60
73	Икра кабачковая	1/100	1,40	4,80	8,50	83,00	18-14
864	Компот из лимонов	1/200	0,08	0,00	27,08	108,60	9-76
15	Сыр «Российский» (порциями) 50% жирности	1/20	4,64	5,91	0,00	72,00	20-64
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-16
338	Фрукты (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00	10-40
	Итого	510	15,31	15,85	69,66	484,2	75-35
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
71	Овощи свежие в нарезке(помидоры или огурцы)	1/60	0,72	0,12	2,76	15,60	11-62
102	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	1/250	5,18	5,35	23,6	163,25	16-64
234	Котлеты или биточки рыбные (минтай) с маслом 72,5% жирности	1/90/5	13,32	16,92	10,44	224,66	35-66
166	Каша рассыпчатая пшениная с овощами	1/180	4,20	4,49	41,63	223,2	7-54
349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,08	0,00	21,82	87,60	6-26
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-16
	Итого	835	27,19	27,42	121,43	819,91	80-53

Технолог:
Варданян О.Е.