УТВЕРЖДАЮ
и.о.директора МБОУ Киргинцевская СОШ
Маер Е.В.

Меню
на 14 октября 2026 года

Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 класс								
гор.блюдо	№182	Пюре овощное	150	22,28	91,8	2,9	4	10,9
гор.блюдо	№69	Рыба(минтай)запеченная	90	31,16	111,2	15,3	4	3,4
гор.напиток	ДП-11н	Компот из яблок и апельсинов	200	18,27	47,6	0,3	0,1	11,3
кондитерка	пром	Печенье	30	9	124,7	2,3	2,9	22,3
хлеб	пром	хлеб ржаной/хлеб пшеничный йодированный	50	5,4	104,5	3,6	0,4	21,5
			520	86,11	479,8	24,4	11,4	69,4
Завтрак 5-11 класс								
гор.блюдо	№182	Пюре овощное	180	26,58	110,2	3,5	4,8	13,1
гор.блюдо	№69	Рыба(минтай) запеченная	100	33,44	123,6	17	4,5	3,8
гор.напиток	ДП-11н	Компот из яблок и апельсинов	200	15,57	47,6	0,3	0,1	11,3
кондитерка	пром	Печенье	30	9	124,7	2,3	2,9	22,3
хлеб	пром	Хлеб ржаной/хлеб пшеничный йодированный	70	6,4	145	5	0,7	29,7
			580	90,99	551,1	28,1	13	80,2
ОВЗ 7-11 лет								
Завтрак								
гор.блюдо	№182	Пюре овощное	150	22,12	91,8	2,9	4	10,9
гор.блюдо	№69	Рыба(минтай) запеченная	90	31,16	111,2	15,3	4	3,4
гор.напиток	ДП-11н	Компот из яблок и апельсинов	200	18,47	47,6	0,3	0,1	11,3
кондитерка	пром	Печенье	30	4,5	124,7	2,3	2,9	22,3
хлеб	пром	хлеб ржаной/хлеб пшеничный йодированный	50	5,4	104,5	3,6	0,4	21,5
			520	81,65	479,8	24,4	11,4	69,4
Обед								
гор.блюдо	54-17с	Суп из овощей	200	10,23	71,2	1,4	3,7	8,1
гор.блюдо	54-3г	Макароны отварные с сыром	180	26,38	249,3	9,5	8,2	34,4
кисломол	53-19з	Масло сливочное(порциями)	10	12,87	66,1	0,1	7,3	0,1
закуска	54-6о	Яйцо вареное	40	16	56,6	4,8	4	0,3
гор напиток	54-2хн	Компот изкураги	200	14,6	66,9	1	0,1	15,6
кондитерка	пром	Печенье	10	4,5	41,6	0,8	1	7,4
хлеб	пром	хлеб ржаной/хлеб пшеничный йодированный	80	7,4	168,4	5,8	0,8	34,6
			720	91,98	720,1	23,4	25,1	100,5
				173,63	1199,9	47,8	36,5	169,9
ОВЗ 12-18 лет лет								
Завтрак								
гор.блюдо	№182	Пюре овощное	180	26,64	110,2	3,5	4,8	13,1
гор.блюдо	№69	Рыба (минтай)запеченная	100	31,27	123,6	17	4,5	3,8
гор.напиток	ДП-11н	Компот из яблок и апельсинов	200	18,47	47,6	0,3	0,1	11,3
кондитерка	пром	Печенье	30	6	124,7	2,3	2,9	22,3
хлеб	пром	хлеб ржаной/хлеб пшеничный йодированный	70	6,4	145	23	0,7	29,7
			580	88,78	551,1	46,1	13	80,2
Обед								
гор.блюдо	54-17с	Суп из овощей	270	13,58	96,1	1,9	5	10,9
гор.блюдо	54-3г	Макароны отварные	190	27,15	263,1	10	8,6	36,3
кисломол	53-19з	Масло сливочное(порциями)	10	12,87	66,1	0,1	7,3	0,1
закуска	54-6о	Яйцо вареное	40	16	56,6	4,8	4	0,3
гор.напиток	54-2хн	Компот из кураги	200	14,6	66,9	1	0,1	15,6
кондитерка	пром	Печенье	20	6	83,2	1,5	2	14,9
хлеб	пром	Хлеб ржаной/хлеб пшеничный йодированный	95	8,6	197,2	6,8	0,9	40,5
			825	98,8	829,2	26,1	27,9	118,6
				187,58	1380,3	72,2	40,9	198,8