

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Байбурин Р.В./



МЕНЮ

на 14.09.2026 понедельник
МАОУ СОШ №10

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
с 7 до 11 лет Завтрак						
КП27024	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	180	9,00	9,90	23,40	218,70
КП27108	Салат из белокачанной капусты с растительным маслом	90	3,60	9,90	11,70	153,90
КП27011	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	25,00
0000065	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	40	3,20	0,48	15,36	94,40
ИТОГО по приему: Завтрак		76,96	16,00	20,28	56,96	492,00
с 7 до 11 лет Обед						
КП27069	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	7,50	8,00	15,13	163,00
КП27021	Макароны отварные с маслом	150	4,01	6,00	27,00	178,50
КП27022	Котлеты мясные с соусом томатным	90	8,00	10,00	25,00	222,00
КП27076	Компот яблочный	200	0,00	0,00	17,60	72,00
0000065	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	40	3,20	0,48	15,36	94,40
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E) и железом "Свежий1" из смеси муки	40	3,24	5,60	17,05	94,67
ИТОГО по приему: Обед		86,07	25,95	30,08	117,14	824,57
с 7 до 11 лет 2Обед 2 смена						
КП27069	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	7,50	8,00	15,13	163,00
КП27021	Макароны отварные с маслом	150	4,01	6,00	27,00	178,50
КП27022	Котлеты мясные с соусом томатным	90	8,00	10,00	25,00	222,00
КП27076	Компот яблочный	200	0,00	0,00	17,60	72,00
0000065	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	40	3,20	0,48	15,36	94,40
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E) и железом "Свежий1" из смеси муки	40	3,24	5,60	17,05	94,67
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		86,07	25,95	30,08	117,14	824,57
с 12 лет и старше Завтрак						
КП27024	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	200	10,00	11,00	26,00	243,00
КП27108	Салат из белокачанной капусты с растительным маслом	100	4,00	11,00	13,00	171,00
КП27011	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	25,00
0000065	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4,00	0,60	19,20	118,00
ИТОГО по приему: Завтрак		84,47	18,20	22,60	64,70	557,00

с 12 лет и старше Обед

КП27069	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	9,38	10,00	18,91	203,75
КП27021	Макароны отварные с маслом	180	4,81	7,20	32,40	214,20
КП27074	Котлеты мясные с соусом томатным	100	8,88	11,11	27,77	246,00
КП27076	Компот яблочный	200	0,00	0,00	17,60	72,00
0000065	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4,00	0,60	19,20	118,00
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки	50	4,05	7,00	21,32	118,33
ИТОГО по приему: Обед		92,64	31,11	35,91	137,20	972,28

с 12 лет и старше 2Обед 2 смена

КП27069	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	9,38	10,00	18,91	203,75
КП27021	Макароны отварные с маслом	180	4,81	7,20	32,40	214,20
КП27074	Котлеты мясные с соусом томатным	100	8,88	11,11	27,77	246,00
КП27076	Компот яблочный	200	0,00	0,00	17,60	72,00
0000065	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4,00	0,60	19,20	118,00
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки	50	4,05	7,00	21,32	118,33
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		92,64	31,11	35,91	137,20	972,28

Доп.питание (1-4кл.) Завтрак

Пок0004	Сок 0,2	200	1,00	0,20	20,20	92,00
ИТОГО по приему: Завтрак		28,28	1,00	0,20	20,20	92,00

ДИ сах.д. с 12 лет и стар Завтрак

КП27024	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	180	9,00	9,90	23,40	218,70
СД27003	Салат из белокачанной капусты с растительным маслом б/сахара	90	1,71	4,68	4,95	69,30
СД27001	Чай б/сахара	200	0,20	0,00	0,00	1,00
0000065	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	40	3,20	0,48	15,36	94,40
ИТОГО по приему: Завтрак		84,47	14,11	15,06	43,71	383,40

ДИ сах.д. с 12 лет и стар Обед

КП27069	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	7,50	8,00	15,13	163,00
КП27021	Макароны отварные с маслом	150	4,01	6,00	27,00	178,50
КП27022	Котлеты мясные с соусом томатным	90	8,00	10,00	25,00	222,00
СД27004	Компот яблочный б/сахара	200	0,20	0,10	3,40	18,00
0000065	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	40	3,20	0,48	15,36	94,40
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки	40	3,24	5,60	17,05	94,67
ИТОГО по приему: Обед		92,64	26,14	30,18	102,94	770,57