

Согласовано:
Директор ООО "Школьник"
Д.В.Оськин



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 11
Е.А. Макарова

МЕНЮ
на 10 сентября 2026 года

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые бел-ва (г)			Энерг.цен ность, ккал	№ рец.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
1-4 класс							
Завтрак 1	Омлет	100	10	16,7	1,9	198,1	П. 305
	Доп. гарнир из огурцов	50	0,35	5,05	1	51,0	П.17
	Чай с лимоном	200	0,26	0,05	15,22	59,0	П. 494
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Бутерброд с сыром	20/15/5	4,7	7,9	7,3	123,0	М. 3
	Сок фруктовый в инд.пром.упак.0.2	1 шт	1	0,2	20,2	92	11.1.1.16
	ИТОГО		17,6	30,1	52,3	557,9	
	ЦЕНА, руб						73,61
Обед 1	Винегрет овощной	60	0,8	8,3	5,2	100,3	М.71
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	5,0	10,7	95,0	П. 128
	сметана 15% жирности	10	0,3	1,5	0,4	16,0	1.4.2.1.
	Котлеты паровые из кур	90	13,5	11,6	10,1	203,1	П. 412
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	10,8	41,3	303,0	П. 237
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124,0	М. 639
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	П. 108
	ИТОГО		28,3	37,6	115,6	923,2	
	ЦЕНА, руб						73,61
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		45,9	67,7	167,9	1481,1	
5-11 класс							
Завтрак 2	Омлет	100	15	25	2,8	297,2	П. 305
	Доп. гарнир из огурцов	50	0,35	5,05	1	51,0	П.17
	Чай с лимоном	200	0,26	0,05	15,22	59,0	П. 494
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Бутерброд с маслом	20/10	1,6	16,7	10,0	197,0	М1
	Сок фруктовый в инд.пром.упак.0.2	1 шт	1	0,2	20,2	92	11.1.1.16
	ИТОГО		19,5	47,2	55,9	731,0	
	ЦЕНА, руб						67,07
Обед 2	Винегрет овощной	100	1,3	13,7	8,7	167,2	М.71
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	5,0	10,7	95,0	П. 128
	сметана 15% жирности	10	0,3	1,5	0,4	16,0	1.4.2.1.
	Курица отварная	25	3,75	2,75	0,125	60,8	М487
	Котлеты паровые из кур	100	15	12,9	11,2	225,7	П. 412
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	13,0	49,5	363,6	П. 237
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124,0	М. 639
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	П. 108
	ИТОГО		35,8	49,3	128,5	1134,1	
	ЦЕНА, руб						99,95
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		55,3	96,5	184,4	1865,1	

Бухгалтер