

Согласовано:

Директор школы №30

Войтюль Н.Л.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

школа № 30 МЕНЮ на 08 Октября 2026 г.

Утверждаю:  
Директор ООО "Кулинар-плюс"  
Бенда Л.М.

| Наименование                                 | Цена<br>руб.коп. | Выход,<br>гр. | Белки | Жиры  | Углеводы | Энерг.<br>цен-ть,<br>ккал. |
|----------------------------------------------|------------------|---------------|-------|-------|----------|----------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 кл</b>                        |                  |               |       |       |          |                            |
| Сыр порциями                                 | 14-06            | 16            | 3.68  | 6.24  |          | 58                         |
| Каша молочная рисовая с маслом               | 24-10            | 245/10        | 10.54 | 14.52 | 39.20    | 360                        |
| Чай охлажденный с плодовым соком             | 6-01             | 200           | 0.34  | 0.02  | 22.53    | 95                         |
| Хлеб пшеничный                               | 4-83             | 50            | 3.95  | 0.50  | 24.00    | 117                        |
| Итого                                        | 49-00            |               | 18.51 | 21.28 | 85.73    | 630                        |
| <b>Завтрак 5-11 кл</b>                       |                  |               |       |       |          |                            |
| Сыр порциями                                 | 18-46            | 21            | 4.83  | 8.19  |          | 76                         |
| Каша молочная рисовая с маслом               | 30-73            | 285/14        | 8.55  | 15.46 | 61.20    | 400                        |
| Чай охлажденный с плодовым соком             | 6-01             | 200           | 0.34  | 0.02  | 22.53    | 95                         |
| Хлеб пшеничный                               | 5-80             | 60            | 4.74  | 0.60  | 28.80    | 140                        |
| Итого                                        | 61-00            |               | 18.46 | 24.27 | 112.53   | 711                        |
| <b>Обед 1-4 кл</b>                           |                  |               |       |       |          |                            |
| Салат из белокочанной капусты с огурцами     | 4-21             | 60            | 0.84  | 3.06  | 5.34     | 53                         |
| Рассольник ленинградский со сметаной с мясом | 27-36            | 7,5/250/5     | 6.90  | 6.10  | 20.30    | 165                        |
| Котлеты (особые) с соусом                    | 59-93            | 70/45         | 20.86 | 29.68 | 19.32    | 430                        |
| Макаронные изделия отварные                  | 7-97             | 150           | 5.32  | 4.89  | 29.00    | 211                        |
| Напиток лимонный                             | 6-21             | 200           | 0.14  | 0.02  | 24.43    | 96                         |
| Хлеб ржаной                                  | 4-32             | 60/2 кус      | 2.82  | 0.60  | 24.60    | 126                        |
| Итого                                        | 110-00           |               | 36.88 | 44.35 | 122.99   | 1081                       |
| <b>Обед 5-11 кл</b>                          |                  |               |       |       |          |                            |
| Салат из белокочанной капусты с огурцами     | 7-01             | 100           | 1.40  | 5.10  | 8.90     | 88                         |
| Рассольник ленинградский со сметаной с мясом | 30-64            | 9,5/250/5     | 6.90  | 6.10  | 20.30    | 165                        |
| Котлеты (особые) с соусом                    | 64-25            | 75/50         | 22.35 | 31.80 | 20.70    | 461                        |
| Макаронные изделия отварные                  | 9-57             | 180           | 6.30  | 7.38  | 42.30    | 265                        |
| Напиток лимонный                             | 6-21             | 200           | 0.14  | 0.02  | 24.43    | 96                         |
| Хлеб ржаной                                  | 4-32             | 60/2 кус      | 2.82  | 0.60  | 24.60    | 126                        |
| Итого                                        | 122-00           |               | 39.91 | 51.00 | 141.23   | 1201                       |
| <b>Полдник (14-00)</b>                       |                  |               |       |       |          |                            |
| Булочка домашняя                             | 9-66             | 55            | 4.13  | 7.26  | 33.50    | 217                        |
| Сок фруктовый 200гр                          | 25-20            | 200           | 1.40  | 0.20  | 26.40    | 120                        |
| Шоколад мини                                 | 15-14            | 9             | 0.90  | 2.88  | 4.59     | 48                         |
| Итого                                        | 50-00            |               | 6.43  | 10.34 | 64.49    | 385                        |

Зав производством

Донская Т.Н.

Экономист по ценам

Некрасова И.Б.