



**МЕНЮ на «26» марта 2026 г.
Четверг (1 неделя)**

№ п/п	Наименование блюд	Выход 1-4 кл	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
1	Свекла отварная дольками	60	77,76	1,08	0,06	5,88	28,80	0,01	5,34	0,00	0,06	27,00	30,60	15,60	1,02
	Птица запеченная	100		10,42	12,23	8,65	192	0,06	1,28	51,8	0,8	41,26	216,4	23,42	1,78
	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3		3,08	6,25	20,47	150,45	0,14	18,16	8,00	0,20	37,46	87,20	27,75	1,01
	Компот из свежих яблок (75С)	200		0,16	0,10	17,90	74,60	0,01	0,90	0,00	0,08	13,88	4,40	5,14	0,92
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
	Итого:	573		19,00	19,24	79,58	575,75	0,31	25,68	59,80	1,89	134,30	403,10	90,21	6,24
		Выход 5-11 кл													
	Свекла отварная дольками	100		1,8	0,1	9,8	48	0,017	8,9	0	0,1	45	51	26	1,7
	Птица запеченная	100	83,20	10,42	12,23	8,65	192	0,06	1,28	51,8	0,8	41,26	216,4	23,42	1,78
2	Пюре картофельное с маслом сливочным	180/5		3,71	9,38	24,59	197,70	0,17	21,79	0,00	0,22	44,37	103,91	33,30	1,21
	Компот из свежих яблок (75С)	200		0,16	0,10	17,90	74,60	0,01	0,90	0,00	0,08	13,88	4,40	5,14	0,92
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20	0,07	0,00	0,00	0,56	11,60	60,00	18,80	1,56
	Итого:	655		21,41	22,53	91,58	662,00	0,36	32,87	51,80	2,09	162,11	455,21	110,86	7,50
		Выход 1-11 кл													
	Суп картофельный с гречневой крупой, с мясными фрикадельками	250/10		3,97	3,88	12,19	105,36	0,10	8,30	2,00	1,29	28,85	76,74	26,00	1,03
	Котлета из говядины с кашей пшенной молочной, с маслом сливочным/	50/150/3	66,70	13,54	15,48	39,99	356,30	0,16	0,86	32,40	1,93	89,99	222,90	60,20	2,52
3	Чай с сахаром	200		0,07	0,02	10,01	40,00	0	0,030	0	0	10,95	2,8	1,4	0,265
	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20	10,70	2,84	0,40	17,76	86,60	0,06	0,00	0,00	0,50	9,80	43,00	12,20	1,00
	Итого:	703		19,75	19,84	92,93	639,46	0,33	9,61	34,40	3,72	144,79	356,52	106,93	5,42
		Выход 5-11 кл													
	Булочка сдобная	50		4,18	1,60	22,43	120,83	0,08	0,00	0,00	1,10	11,25	38,42	16,17	0,73

	Напиток из свежих фруктов (75С)	200		0,34	0,17	21,46	103,50	0,02	3,17	0,00	0,13	16,67	7,05	7,78	0,88
4	Итого:	250		4,5	1,8	43,9	224,3	0,1	3,2	0,0	1,2	27,9	45,5	23,9	1,6