



— Л.М. Галеева

МЕНЮ на «27» декабря 2025 г. Суббота (2 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	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг
1	Салат из отварной свеклы	60	74,77	0,84	3,61	4,96	55,68	0,01	3,99	0,00	1,62	21,28	24,38	12,42	0,79
	Биточки рыбные со сметанным соусом	75/25		9,50	6,35	12,48	152,03	0,05	0,25	12,35	3,82	39,44	128,46	30,02	1,13
	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	25		1,90	0,20	12,30	58,75	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
	Итого:	538		15,48	16,51	68,10	491,51	0,24	23,30	20,35	6,00	117,05	260,68	78,82	4,14
		Выход 5-11 кл													
2	Биточки рыбные со сметанным соусом	75/25	80	9,50	6,35	12,48	152,03	0,05	0,25	12,35	3,82	39,44	128,46	30,02	1,13
	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
	Помидоры свежие порционно (доп. гарнир)	40		0,44	0,08	1,52	8,80	0,02	7,00	0,00	0,28	5,60	10,40	8,00	0,36
	Сок	200		1,00	0,00	20,02	84,44	0,22	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47	0,022	0	0	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220
	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:	575		18,15	16,33	80,33	549,37	0,53	33,04	12,35	5,16	116,11	314,77	96,22	6,89
3	Суп - лапша с картофелем, с мясом птицы	250/10	65	5,65	6,10	11,62	132,55	0,05	0,50	13,00	2,58	29,53	42,08	11,18	1,15
	Котлета из мяса птицы с кашей пшеничной молочной, с маслом сливочным	50/150/3		15,12	9,78	41,25	314,26	0,21	1,17	29,98	34,68	137,69	203,12	44,35	3,55
	Чай с сахаром	200		0,07	0,02	9,52	38,10	0	0,03	0	0	10,43	2,67	1,33	0,25
	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20		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:	625		21,67	60,35	95,48	1042,15	0,53	12,78	26,60	27,17	227,12	312,05	104,51	7,90
		Выход 5-11 кл													
4	Печенье (крекер)	30	10,30	2,25	2,94	22,3	125,1	0,024	0	3,0	1,05	8,7	27	6	0,63
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,12	0,03	10,16	41,70	0,00	2,03	0,00	0,01	12,95	3,90	2,00	0,30
	Итого:	230		2,4	3,0	32,5	166,8	0,0	2,0	3,0	1,1	21,7	30,9	8,0	0,9

