



**МЕНЮ на «10» февраля 2026 г.  
Вторник (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	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг
1	Плоды и ягоды свежие (апельсин)	100	77,76	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	60,00		0,20	34,00	23,00	13,00	0,30
	Котлета из мяса птицы с макаронными изделиями отварными, с маслом сливочным	75/150/5		11,45	14,46	28,32	289,95	0,10	0,50	23,90	4,80	31,70	147,63	38,18	2,08
	Компот из сухофруктов (75С)	200		0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67
	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
	<b>Итого:</b>	560		<b>14,99</b>	<b>15,11</b>	<b>70,33</b>	<b>485,15</b>	<b>0,21</b>	<b>61,22</b>	<b>23,90</b>	<b>5,93</b>	<b>106,58</b>	<b>239,07</b>	<b>82,74</b>	<b>4,21</b>
		<b>Выход 5-11 кл</b>													
2	Плоды и ягоды свежие (апельсин)	100	83,20	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	60,00		0,20	34,00	23,00	13,00	0,30
	Котлета из мяса птицы с макаронными изделиями отварными, с маслом сливочным	75/180/3		17,06	23,20	36,27	393,44	0,14	0,78	50,55	3,29	46,41	116,41	40,94	2,38
	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	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
	<b>Итого:</b>	<b>618</b>		<b>23,22</b>	<b>24,00</b>	<b>91,03</b>	<b>650,78</b>	<b>0,49</b>	<b>64,78</b>	<b>50,55</b>	<b>4,44</b>	<b>109,11</b>	<b>217,91</b>	<b>80,24</b>	<b>6,98</b>
		<b>Выход 1-11 кл</b>													
3	Рассольник ленинградский, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/10/7	66,70	4,19	7,31	12,31	138,20	0,10	8,45	9,00	2,44	37,46	81,76	28,03	1,10
	Котлета из говядины с кашей геркулесовой молочной, с маслом сливочным	50/150/3		14,32	14,19	36,09	330,27	0,17	0,72	26,23	1,18	117,72	255,85	63,37	2,51
	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5		0,115	0,025	10,16	41,70	0,002	2,030	0	0,01	12,95	3,9	2	0,295
	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
	<b>Итого:</b>	<b>703</b>	10,70	<b>23,22</b>	<b>24,00</b>	<b>91,03</b>	<b>650,78</b>	<b>0,49</b>	<b>64,78</b>	<b>50,55</b>	<b>4,44</b>	<b>109,11</b>	<b>217,91</b>	<b>80,24</b>	<b>6,98</b>
		<b>Выход 5-11 кл</b>													
	Вафли	20		4,92	6,96	3,3	73,375	0	0	1,0	0,95	1,5	8,5	1	0,855

	Чай с сахаром и 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
<b>4</b>	<b>Итого:</b>	<b>220</b>		<b>5,00</b>	<b>7,00</b>	<b>13,4</b>	<b>115,1</b>	<b>0,0</b>	<b>2,0</b>	<b>1,0</b>	<b>1,0</b>	<b>14,5</b>	<b>12,4</b>	<b>3,0</b>	<b>1,2</b>