



Р.И. Гарифуллин

**МЕНЮ на «13» февраля 2026г.**

**Пятница (1 неделя)**

| №<br>п/п | Наименование блюда                        | Выход         | Цена  | Белки        | Жиры         | Углево<br>ды | Калорий<br>ность |
|----------|-------------------------------------------|---------------|-------|--------------|--------------|--------------|------------------|
|          |                                           | 1-4кл         |       |              |              |              |                  |
| 1        | Сыр порционно                             | 15            | 77-76 | 3,95         | 3,99         | 0,00         | 51,50            |
|          | Тефтели мясные в сметанно –томатном соусе | 60/40         |       | 7,08         | 11,94        | 8,36         | 124              |
|          | Каша гречневая рассыпчатая                | 150           |       | 3,97         | 2,49         | 34,72        | 214,00           |
|          | Компот из сухофруктов                     | 200           |       | 0,66         | 0,09         | 22,03        | 92,80            |
|          | Хлеб пшеничный                            | 45            |       | 3,42         | 0,36         | 22,14        | 105,75           |
|          | <b>Итого</b>                              | <b>510</b>    |       | <b>19,08</b> | <b>18,87</b> | <b>87,25</b> | <b>588,04</b>    |
|          |                                           |               |       |              |              |              |                  |
|          |                                           | <b>Выход</b>  |       |              |              |              |                  |
|          |                                           | <b>5-11кл</b> |       |              |              |              |                  |
| 2        | Сыр порционно                             | 15            |       | 3,95         | 3,99         | 0,00         | 51,50            |
|          | Тефтели мясные в сметанно –томатном соусе | 60/40         |       | 7,08         | 11,94        | 8,36         | 124              |
|          | Каша гречневая рассыпчатая                | 200           |       | 5,29         | 3,32         | 35,90        | 246,00           |
|          | Сок разливной                             | 200           |       | 1,00         | 0,00         | 20,02        | 84,44            |
|          | Хлеб ржаной                               | 40            |       | 2,64         | 0,48         | 15,84        | 79,20            |
|          | <b>Итого</b>                              | <b>555</b>    |       | <b>18,64</b> | <b>18,40</b> | <b>80,12</b> | <b>567,97</b>    |
|          |                                           |               |       |              |              |              |                  |
|          |                                           | <b>Выход</b>  |       |              |              |              |                  |
| 3        | Печенье (крекер)                          | 30            | 10-70 | 2,25         | 2,94         | 22,32        | 125,1            |
|          | Компот из сухофруктов                     | 200           |       | 0,66         | 0,09         | 32,01        | 132,80           |
|          | <b>Итого</b>                              | <b>230</b>    |       | <b>2,9</b>   | <b>3,0</b>   | <b>54,3</b>  | <b>257,9</b>     |
|          |                                           |               |       |              |              |              |                  |