


**УТВЕРЖДАЮ**  
 Директор школы  
 \_\_\_\_\_ Р.И. Гарифуллин

**МЕНЮ на «13» декабря 2025г.**

**Суббота (2 неделя)**

| №<br>п\п | Наименование блюда                   | Выход         | Цена  | Белки        | Жиры         | Углево<br>ды | Калорий<br>ность |
|----------|--------------------------------------|---------------|-------|--------------|--------------|--------------|------------------|
|          |                                      | 1-4кл         |       |              |              |              |                  |
| 1        | Салат из отварной свеклы             | 60            | 74-77 | 0,84         | 3,61         | 4,96         | 55,68            |
|          | Биточки рыбные со сметанным соусом   | 75/25         |       | 9,50         | 6,35         | 12,48        | 152,03           |
|          | Пюре картофельное с маслом сливочным | 150/3         |       | 3,08         | 6,25         | 20,47        | 150,45           |
|          | Компот из свежих яблок               | 200           |       | 0,16         | 0,10         | 17,90        | 74,60            |
|          | Хлеб пшеничный                       | 25            |       | 1,90         | 0,20         | 12,30        | 58,75            |
|          | <b>Итого</b>                         | <b>538</b>    |       | <b>15,48</b> | <b>16,51</b> | <b>68,10</b> | <b>491,51</b>    |
|          |                                      |               |       |              |              |              |                  |
|          |                                      | <b>Выход</b>  |       |              |              |              |                  |
|          |                                      | <b>5-11кл</b> |       |              |              |              |                  |
| 2        | Помидоры свежие (доп. гарнир)        | 40            | 69-70 | 0,44         | 0,08         | 1,52         | 8,80             |
|          | Биточки рыбные со сметанным соусом   | 75/25         |       | 9,50         | 6,35         | 12,48        | 152,03           |
|          | Пюре картофельное с маслом сливочным | 180/5         |       | 3,71         | 9,38         | 24,59        | 197,70           |
|          | Сок разливной                        | 200           |       | 1,00         | 0,00         | 20,02        | 84,44            |
|          | Хлеб пшеничный                       | 20            |       | 1,52         | 0,16         | 9,84         | 47,00            |
|          | Хлеб ржаной                          | 30            |       | 1,98         | 0,36         | 11,88        | 59,40            |
|          | <b>Итого</b>                         | <b>575</b>    |       | <b>18,15</b> | <b>18,33</b> | <b>80,33</b> | <b>549,37</b>    |
|          |                                      |               |       |              |              |              |                  |
|          |                                      |               |       |              |              |              |                  |
|          |                                      | <b>Выход</b>  |       |              |              |              |                  |
| 3        | Печенье (крекер)                     | 30            | 10-30 | 2,25         | 2,94         | 22,30        | 125,1            |
|          | Чай с сахаром и лимоном              | 185/10/5      |       | 0,12         | 0,03         | 10,16        | 41,70            |
|          | <b>Итого</b>                         | <b>230</b>    |       | <b>2,4</b>   | <b>3,0</b>   | <b>32,5</b>  | <b>166,8</b>     |
|          |                                      |               |       |              |              |              |                  |