



МЕНЮ



Утверждаю
Директор МАОУ "Боровинская СОШ"
В.П. Коробова
07.03.2025 год

Меню (20день) для детей с 7 до 11 лет

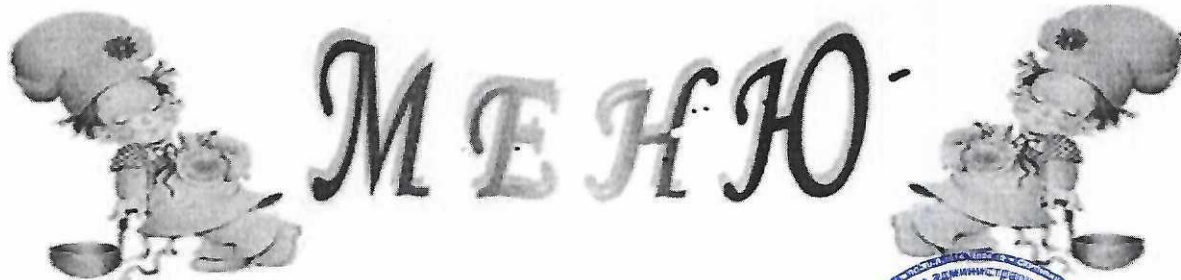
Завтрак

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Йогурт в индивидуальной упаковке	95	1,3	1,1	3,4	29	20,00
2	Наггетсы из курицы запеченные (4 шт. по 25 г. на порцию) промышленного производства	100	12,6	14,2	5,2	199	68,64
3	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,1	4,3	32,0	179,1	13,12
4	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	60,8	2,50
5	Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,72
6	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,72
					ИТОГО		107,70

Обед

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Овощи свежие (огурцы)	60	0,5	0,1	1,3	7,9	16,55
2	Суп с крупой с мясными фрикадельками	250/30	5,8	5,2	19,6	148	36,20
3	Котлета рыбная натуральная запеченная, с маслом	90/5	12,5	14,7	6,8	210	39,09
4	Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	22,03
5	Компот из ягод замороженных	200	0,2	0,2	16,2	67,4	17,65
6	Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	116,8	5,16
7	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,72
					ИТОГО:		138,40

Зав. столовой _____



Утверждаю
Директор МАОУ "Боровинская СОШ"
В.Е. Кротова
2025 год



Меню (20 день) для детей с 12 лет

Завтрак

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Бедро куриное запеченное	100	15,5	15,1	0,7	200,7	88,64
2	Каша гречневая рассыпчатая	180	3,7	5,5	50,0	264,3	13,12
3	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	60,8	2,50
4	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	40,5	1,72
5	Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,72
					ИТОГО		19,06

Обед

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11,3	11,00
2	Суп с крупой с мясными фрикадельками	250/30	5,8	5,2	19,6	148	40,75
3	Котлета рыбная натуральная запеченная, с маслом	100/5	13,9	16,3	7,6	233	40,09
4	Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	22,03
5	Компот из ягод замороженных	200	0,2	0,2	16,2	67,4	17,65
6	Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	116,8	5,16
7	Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	81	1,72
					ИТОГО:		138,40

Зав. столовой _____