



Утверждаю
 Директор МАОУ Боровинская СОШ
 _____ В.П. Коробова
 03.10.2025 год

Меню (5 день) для детей с 7 до 11 лет

Завтрак

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Овощи свежие (огурцы)	60	0,5	0,1	1,3	7,9	7,40
2	Бедро куриное запеченное	90	13,3	13,6	0,6	178	60,76
3	Картофель толченный, по-деревенски	150	3,4	5,8	29,4	183,5	21,66
4	Сок в ассортименте	200	0,5	0	34	138	14,60
5	Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
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	Салат овощной с зеленым горошком	80	1,8	4	7,3	72,4	9,93
2	Суп домашний с мясом со сметаной	250/10/5	4,7	5,7	14,2	127	47,35
3	Рыба запеченная с маслом	100/5	12,7	12	3,7	174	54,86
4	Рис припущенный	150	3,7	3,6	29,7	166	17,58
5	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,28
6	Хлеб пшеничный	60	3	0,8	24,4	116,8	4,68
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.П. Коробова
 03.10.2025 год

Меню (5 день) для детей с 12 лет

Завтрак

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11,3	7,40
2	Бедро куриное запеченное	100	15,5	15,1	0,7	200,7	60,76
3	Картофель толченный, под-деревенски	180	4,9	7,7	33	220,9	21,66
4	Сок в ассортименте	200	0,5	0	34	138	14,60
5	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	40,5	1,72
6	Хлеб пшеничный	20	0,1	0,3	8,1	38,9	1,56
					ИТОГО		107,70

Обед

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Салат овощной с зеленым горошком	100	2,3	5	9,1	90,5	9,93
2	Суп домашний с мясом со сметаной	250/10/5	4,7	5,7	14,2	127	47,35
3	Рыба запеченная с маслом	120/5	16,1	14,4	4,4	211	54,86
4	Рис припущенный	180	4,4	4,3	35	196,6	17,58
5	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,28
6	Хлеб пшеничный	60	3	0,8	24,4	116,8	4,68
	Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	81	1,72
					ИТОГО:		138,40

Зав.столовой _____