



Для Утверждаю  
 Документ  
 Директор МАОУ "Боровинская СОШ"  
 В.П. Коробова  
 07.10.2025 год

### Меню (7день) для детей с 7 до 11 лет

#### Завтрак

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Овощи свежие с зеленью (порциями)	80	0,6	0,1	1,5	9	9,18
2	Наггетсы из курицы запеченные ( 4 шт. по 25 г. на порцию) промышленного производства	100	12,6	14,2	5,2	199	80,06
3	Макаронные изделия	150	3,2	2,8	34,3	175,2	10,59
4	Чай с лимоном	200	0,1	0	12,5	50	4,41
5	Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
6	Хлеб ржаной витамин.	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,90
					<b>ИТОГО</b>		<b>107,70</b>

#### Обед

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной	250/10/5	4,8	6,9	16,7	148	40,02
2	Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	117,5	68,18
3	Каша гречневая рассыпчатая с морковью и чесноком	150	4,2	4,6	36,4	204	15,32
4	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	9,86
5	Хлеб пшеничный	40	2	0,5	16,3	77,9	3,12
6	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,90
					<b>ИТОГО</b>		<b>138,40</b>

Зав. столовой \_\_\_\_\_



Утверждаю  
 Директор МАОУ "Боровинская СОШ"  
 В.П. Коробова  
 07.10.2025 год

**Меню (7день) для детей с 12 лет**

**Завтрак**

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Овощи свежие с зеленью (порциями)	100	0,7	0,1	1,9	11	9,18
2	Наггетсы из курицы запеченные (4 шт. по 25 г. на порцию) промыш.производ.	100	12,6	14,2	5,2	199	80,06
3	Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	10,59
4	Чай с лимоном	200	0,1	0	12,5	50	4,41
6	Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
7	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	40,5	1,90
					<b>ИТОГО</b>		<b>107,70</b>

**Обед**

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной	250/10/5	4,8	6,9	16,7	148	40,02
2	Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	117,5	68,18
3	Каша гречневая рассыпчатая с морковью и чесноком	200	7,5	6,8	48,8	286,4	15,32
4	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	9,86
5	Хлеб пшеничный	60	3	0,8	24,3	116,8	3,12
6	Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	81	1,90
					<b>ИТОГО</b>		<b>138,40</b>

Зав.столовой \_\_\_\_\_