



Утверждаю
Директор МАОУ Боровинская СОШ
В.П. Коробова
30.09.2025 год

Меню (2 день) для детей с 7 до 11 лет

Завтрак

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Котлета рыбная "Лада" с маслом (из горбуши и минтая)	90/5	11,5	10,2	8,5	172	47,12
2	Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	18,55
3	Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	16,02
4	Фрукт в ассортименте	180	0,4	0,4	10,3	46	22,55
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	1,90
					ИТОГО		107,70

Обед

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Салат из огурцов с маслом	80	0,7	4,1	1	44	18,34
2	Борщ с мелкошинкованными овощами с птицей и сметаной	250/10/5	4,4	5,9	12,2	120	46,72
3	Птица, в соусе с томатом	100	10,6	9,5	1,8	135	46,49
4	Макаронные изделия отварные	150	3,2	2,8	34,3	175,2	10,59
5	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	9,86
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



Утверждаю
Директор МАОУ Боровинская СОШ
В.П. Коробова
30.09.2025 год

Меню (2 день) для детей с 12 лет

Завтрак

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Котлета рыбная "Лада" (из горбуши и минтая с маслом)	100/5	14,1	11,8	9,5	201	47,12
2	Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	18,55
3	Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	16,02
4	Фрукты в ассортименте	180	0,4	0,4	10,3	46	22,55
5	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	40,5	1,56
6	Хлеб пшеничный	40	2	0,6	16,2	77,8	1,90
					ИТОГО		107,70

Обед

№	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
1	Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	18,34
2	Борщ с мелкошинкованными овощами с птицей и сметаной	250/10/5	4,4	5,9	12,2	120	46,72
3	Птица, в соусе с томатом	120	12,5	11,7	1,8	163	46,49
4	Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	10,59
5	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	15	60,8	9,86
6	Хлеб пшеничный	60	3	0,8	24,3	116,8	4,68
7	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81	1,72
					ИТОГО:		138,40

Зав.столовой _____