

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Кольчугинская школа №1 имени Авраамова Георгия Николаевича»
Симферопольского района Республики Крым**

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ О.А.Лущик

«_____» 2026

**Фактическое (ежедневное) меню
3 день**

	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность			Энергет. ценность, ккал.
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	
Завтрак 1-4 классы (85,55 руб)	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20
	Голубцы ленивые с соусом	100	8,51	13,45	9,01	185,69
	Картофельное пюре	150	3,25	2,88	28,99	189,56
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	Компот из сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38
	Итого завтрак:	560	17,08	17,27	107,40	684,03
Обед 1-4 классы (100 руб)	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,47	0,31	17,95	150,00
	Плов из птицы	200	16,94	10,46	25,73	305,33
	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,11	105,75
	Хлеб ржаной	25	1,65	3,00	8,35	43,50
	Компот из яблок	200	0,12	0,12	22,90	101,69
	Итого обед:	720	27,60	14,25	97,04	706,27
	Всего:	1280	44,68	31,52	204,43	1390,30
Завтрак 5-11 классы (90 руб)	Овощи натуральные по сезону	100	0,70	0,10	1,90	11,00
	Голубцы ленивые с соусом	100	8,51	13,45	9,01	185,69
	Картофельное пюре	180	3,90	3,46	34,79	227,47
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,65	94,00
	Компот из сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38
	Итого завтрак:	620	17,31	17,63	112,61	714,54
Обед 5-11 классы (100 руб)	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,47	0,31	17,95	150,00
	Плов из птицы	250	21,18	13,08	32,16	381,66
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,48	141,00
	Хлеб ржаной	40	2,64	4,80	13,36	69,60
	Компот из яблок	200	0,12	0,12	22,90	101,69
	Итого обед:	800	33,97	18,79	115,85	843,95
	Всего:	1420	51,28	36,41	228,46	1558,49