

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ О.А.Лущик

«_____» 2026

Фактическое (ежедневное) меню

4 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
	Омлет паровой с мясом	150	18,85	21,44	6,93	280,59
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	Итого завтрак:	500	26,9	22,6	67,4	572,9
Обед 1-4 классы (100 руб)	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20
	Щи зеленые со сметаной	200	2,45	2,80	28,81	143,75
	Оладьи из печени	100	17,30	13,58	11,80	222,00
	Картофельное пюре	150	3,25	2,88	28,99	189,56
	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,11	105,75
	Хлеб ржаной	25	1,65	3,00	8,35	43,50
	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,27	42,53	176,74
	Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого обед:	860	30,17	23,4	154,7	941,5
	Всего:	1360	57,12	46,05	222,04	1514,39
Завтрак 5-11 классы (90 руб)	Овощи натуральные по сезону	100	0,70	0,10	1,90	11,00
	Омлет паровой с мясом	150	18,85	21,44	6,93	280,59
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	Итого завтрак:	550	27,6	22,7	70,3	588,1
Обед 5-11 классы (100 руб)	Овощи натуральные по сезону	100	0,70	0,10	1,90	11,00
	Щи зеленые со сметаной	250	3,09	35,03	360,41	179,69
	Оладьи из печени	100	17,30	13,58	11,80	222,00
	Картофельное пюре	180	3,90	3,46	34,79	227,47
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,48	141,00
	Хлеб ржаной	40	2,64	4,80	13,36	69,60
	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,27	42,53	176,74
	Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого обед:	1010	33,63	58,11	504,07	1074,50
	Всего:	1560	61,27	80,86	574,40	1662,59