

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ О.А.Лущик

«_____» _____ 2026

**Фактическое (ежедневное) меню
8 день**

	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность			Энергет. ценность, ккал.
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	
Завтрак 1-4 классы (85,55 руб)	Плов из риса с курагой	200	5,02	13,60	55,76	368,00
	Сыр (порциями)	10	2,05	2,30	0,23	29,67
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	Кисломолочный продукт	180	5,80	5,00	8,00	106,00
	Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого завтрак:	520	15,55	21,54	88,55	621,17
Обед 1-4 классы (100 руб)	Икра из кабачков (консервы)	60	0,96	3,78	4,44	54,48
	Рассольник Ленинградский	200	1,98	3,51	13,74	95,14
	Голубцы ленивые с соусом	100	8,51	9,31	9,01	210,36
	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	21,21	23,51	138,96	922,53
	Всего:	1380	36,76	45,05	227,51	1543,70
Завтрак 5-11 классы (90 руб)	Плов из риса с курагой	220	5,52	14,96	61,34	404,80
	Сыр (порциями)	10	2,05	2,30	0,23	29,67
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	Кисломолочный продукт	180	5,80	5,00	8,00	106,00
	Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого завтрак:	550	16,81	22,98	99,05	681,47
Обед 5-11 классы (100 руб)	Икра из кабачков (консервы)	100	1,60	6,30	7,40	90,80
	Рассольник Ленинградский	250	2,48	4,39	17,18	118,93
	Голубцы ленивые с соусом	100	8,51	9,31	9,01	210,36
	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	25,13	29,40	163,54	1081,90
	Всего:	1560	41,94	52,38	262,58	1763,37