

"Согласовано"

О.В.Старикова

" 12 " 02 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

1 неделя 4 день

МАОУ

СОШ № 123

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	орийность,	№ рец.	Наименование блюда [*]	ыход, г [*]	Цена, руб.
Комплекс №3 2-х разовое 1-4кл							
3,05	3,70	4,02	62,30	1157	Салат из отварной свеклы с сыром	60	32,11
15,60	4,84	3,23	119,00	1296,07	Курица в сметанном соусе с куркумой	90	81,70
6,34	4,33	37,87	218,45	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	27,54
0,20	0	6,50	26,80	14539,27	Чай с сахаром	200	2,93
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	5,24
2,16	5,10	14,24	111,32	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	30,02
18,30	26,62	9,04	348,91	1699,06	Фиш- филе минтай	100	122,30
3,78	11,23	30,37	237,99	927,09	Картофель по-деревенски	150	47,88
0,04	0,02	3,68	15,33	1802	Компот из яблок и ягод	200	16,49
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	3,79
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	3,79
							373,79
Комплекс №1 1-4кл Завтрак							
3,05	3,70	4,02	62,30	1157	Салат из отварной свеклы с сыром	60	33,69
15,60	4,84	3,23	119,00	1296,07	Курица в сметанном соусе с куркумой	90	80,65
6,34	4,33	37,87	218,45	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	27,13
0,20	0	6,50	26,80	14539,27	Чай с сахаром	200	2,89
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	5,16
							149,52
Комплекс №2 1-4кл Обед							
2,16	5,10	14,24	111,32	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	30,02
18,30	26,62	9,04	348,91	1699,06	Фиш- филе минтай	100	122,30
3,78	11,23	30,37	237,99	927,09	Картофель по-деревенски	150	47,88
0,04	0,02	3,68	15,33	1802	Компот из яблок и ягод	200	16,49
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	3,79
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	3,79
							224,27
Комплекс №5 5-11кл Завтрак							
18,30	26,62	9,04	348,91	1699,06	Фиш- филе минтай	100	94,10
4,53	13,48	36,44	285,58	927,09	Картофель по-деревенски	180	51,87
0,04	0,02	3,68	15,33	1802	Компот из яблок и ягод	200	21,08
4,28	1,80	33,32	113,60	897	Хлеб пшеничный	40	5,65
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,24
							176,94
Комплекс №6 5-11кл Обед							
2,70	6,38	17,80	139,15	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	43,73
18,30	26,62	9,04	348,91	1699,06	Фиш- филе минтай	100	117,88
4,53	13,48	36,44	285,58	927,09	Картофель по-деревенски	180	64,99
0,04	0,02	3,68	15,33	1802	Компот из яблок и ягод	200	26,41
4,28	1,80	33,32	113,60	897	Хлеб пшеничный	40	7,08
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	5,31
							265,40
Комплекс №4 2-х разовое 5-11кл							
3,05	3,70	4,02	62,30	1157	Салат из отварной свеклы с сыром	60	36,38
17,33	5,38	3,59	132,22	1296,07	Курица в сметанном соусе с куркумой	100	96,72
7,61	5,20	45,44	262,14	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	35,14
0,20	0	6,50	26,80	14539,27	Чай с сахаром	200	3,12
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	5,58
2,70	6,38	17,80	139,15	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	43,73
18,30	26,62	9,04	348,91	1699,06	Фиш- филе минтай	100	117,88
4,53	13,48	36,44	285,58	927,09	Картофель по-деревенски	180	64,99
0,04	0,02	3,68	15,33	1802	Компот из яблок и ягод	200	26,41
4,28	1,80	33,32	113,60	897	Хлеб пшеничный	40	7,08
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	5,31
							442,34
Комплекс №8 1-11кл Обед Суп второе							
2,70	6,38	17,80	139,15	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	36,10
18,30	26,62	9,04	348,91	1699,06	Фиш- филе минтай	100	117,65

4,53	13,48	36,44	285,58	927,09	Картофель по-деревенски	180	55,27
0,10	0,04	16,00	60,20	971	Чай ягодный	200	11,72
4,28	1,80	33,32	113,60	897	Хлеб пшеничный	40	5,83
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,37
							230,94
					Комплекс №7 5-11кл Завтрак Вариативное меню		
9,38	15,84	10,77	232,28	469,02	Фрикадельки из индейки в соусе	100	63,68
7,61	5,20	45,44	262,14	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	17,56
19,85	40,82	23,43	542,05	1483,01	Мясо по-французски	200	98,39
0,04	0,02	3,68	15,33	1802	Компот из яблок и ягод	200	13,86
4,28	1,80	33,32	113,60	897	Хлеб пшеничный	40	3,72
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	2,79
							200,00
					Комплекс №5 5-11кл Завтрак бюджет		
18,30	26,62	9,04	348,91	1699,06	Фиш- филе минтай	100	94,10
4,53	13,48	36,44	285,58	927,09	Картофель по-деревенски	180	51,87
0,04	0,02	3,68	15,33	1802	Компот из яблок и ягод	200	21,08
4,28	1,80	33,32	113,60	897	Хлеб пшеничный	40	5,65
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,24
							176,94
					Комплекс №9 1-11кл Суп		
2,70	6,38	17,80	139,15	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	54,00
					Комплекс №11 1-11кл Выпечка		
7,52	7,05	255,71	173,90	1871,02	Слойка с клубникой	85	54,00
					Комплекс №6 5-11кл Обед бюджет		
2,70	6,38	17,80	139,15	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	43,73
18,30	26,62	9,04	348,91	1699,06	Фиш- филе минтай	100	117,88
4,53	13,48	36,44	285,58	927,09	Картофель по-деревенски	180	64,99
0,04	0,02	3,68	15,33	1802	Компот из яблок и ягод	200	26,41
4,28	1,80	33,32	113,60	897	Хлеб пшеничный	40	7,08
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	5,31
							265,40
					Комплекс №12 1-4кл Завтрак Почемучки		
3,05	3,70	4,02	62,30	1157	Салат из отварной свеклы с сыром	60	30,06
15,60	4,84	3,23	119,00	1296,07	Курица в сметанном соусе с куркумой	90	76,51
6,34	4,33	37,87	218,45	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	25,78
0,20	0	6,50	26,80	14539,27	Чай с сахаром	200	2,74
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,91
0	0	11,18	60,00	854,01	Чай с шиповником	200	4,95
7,52	7,05	255,71	173,90	1871,02	Слойка с клубникой	85	35,05
							180,00
					Комплекс №13 1-4кл Обед Почемучки		
2,16	5,10	14,24	111,32	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	17,04
18,30	26,62	9,04	348,91	1699,06	Фиш- филе минтай	100	86,08
3,78	11,23	30,37	237,99	927,09	Картофель по-деревенски	150	21,53
0,04	0,02	3,68	15,33	1802	Компот из яблок и ягод	200	14,30
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	3,28
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	3,28
							145,51
					Комплекс №10 1-11кл Полдник		
7,52	7,05	255,71	173,90	1871,02	Слойка с клубникой	85	50,00
0	0	11,18	60,00	854,01	Чай с шиповником	200	25,00
							75,00

Заведующий производством _____