УТВЕРЖДАЮ
Директор
МКОУ Тогучинского района
«Березиковская средняя школа»
_____ И.Ю.Маурер

Меню на «19» октября 2026г.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Категория Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г	Цена	№ рецепта
Белки	Жиры	Углеводы		**Завтрак ОВЗ**			
				7-11 лет			
4.6	5.9	0	71.7	Сыр твёрдых сортов в нарезке	20	23,10	54-1з
0.1	7.3	0.1	66.1	Масло сливочное (порциями)	10	15,90	53-19з
5	5.9	24	168.9	Каша «Дружба»	200	23,50	54-16к
0.2	0.1	6.6	27.9	Чай с лимоном и сахаром	200	4,40	54-3гн
3.8	0.4	24.6	119	Батон простой	50	7,00	Пром.
0.8	0.8	19.6	88.8	Яблоко	200	40,00	Пром.
				12-18 лет			
7	8.9	0	107.5	Сыр твёрдых сортов в нарезке	20	23,10	54-1з
0.1	7.3	0.1	66.1	Масло сливочное (порциями)	10	15,90	53-19з
6.2	7.4	30	211.2	Каша «Дружба»	250	29,40	54-16к
0.2	0.1	6.6	27.9	Чай с лимоном и сахаром	200	4,40	54-3гн
3.8	0.4	24.6	119	Батон простой	50	7,00	Пром.
0.8	0.8	19.6	88.8	Яблоко	200	40,00	Пром.
				Обед ОВЗ **7-11 лет**			
0.8	0.1	2.9	15.4	Перец болгарский в нарезке	60	12,5	54-4з
2.2	5.3	13.4	110.4	Свекольник (со сметаной)	250	11,00	54-18с
12.3	10	7.2	167.90	Тефтели «Натуральные»	100	47,40	П/Ф
5.3	4.9	32.8	196.8	Макароны отварные	150	14,10	54-1г
0.6	0.4	32.6	136.4	Сок виноградный	200	16,00	Пром.
3.8	0.4	24.6	117.2	Хлеб пшеничный	50	5,80	Пром.
2.6	0.5	13.4	68.3	Хлеб ржаной	30	3,70	Пром.
				12-18 лет			
1.2	1	0.1	20.6	Перец болгарский в нарезке	80	16,60	54-4з
2.2	5.3	13.4	110.4	Свекольник (со сметаной)	250	10,70	54-18с
12.3	10	7.2	167.90	Тефтели «Натуральные»	100	47,40	П/Ф
6.4	5.9	39.4	236.2	Макароны отварные	180	16,30	54-1г
0.6	0.4	32.6	136.4	Сок виноградный	200	15,60	Пром.
3.8	0.4	24.6	117.2	Хлеб пшеничный	50	5,80	Пром.
3.3	0.6	16.7	85.4	Хлеб ржаной	30	3,70	Пром.
				Обед **начальные классы**			
0.8	0.1	2.9	15.4	Перец болгарский в нарезке	60	12,5	54-4з
2.2	5.3	13.4	110.4	Свекольник (со сметаной)	250	11,00	54-18с
12.3	10	7.2	167.90	Тефтели «Натуральные»	100	47,40	П/Ф
5.3	4.9	32.8	196.8	Макароны отварные	150	14,10	54-1г
0.6	0.4	32.6	136.4	Сок виноградный	200	16,00	Пром.
3.8	0.4	24.6	117.2	Хлеб пшеничный	50	5,80	Пром.
2.6	0.5	13.4	68.3	Хлеб ржаной	30	3,70	Пром.
				Льготное			
12.3	10	7.2	167.90	Тефтели «Натуральные»	100	47,40	П/Ф
5	5	33	197	Макароны отварные	150	14,10	54-1г
1	0	23	100	Сок виноградный	200	16,00	Пром.
5	1	30	141	Хлеб пшеничный	50	5,80	Пром.
2.6	0.5	13.4	68.3	Хлеб ржаной	30	3,70	Пром.
				Платное			
2.2	5.3	13.4	110.4	Свекольник (со сметаной)	250	11,00	54-18с
12.3	10	7.2	167.90	Тефтели «Натуральные»	100	47,40	П/Ф
5.3	4.9	32.8	196.8	Макароны отварные	150	14,10	54-1г
0.6	0.4	32.6	136.4	Сок виноградный	200	16,00	Пром.
3.8	0.4	24.6	117.2	Хлеб пшеничный	50	5,80	Пром.
2.6	0.5	13.4	68.3	Хлеб ржаной	30	3,70	Пром.