

СОГЛАСОВАНО:  
ДИРЕКТОР МАОУ СШ № 147



Р.В. Кузьмин

МЕНЮ на 30.03 2026г.

Организованное питание  
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 1 день

**ЗАВТРАК 7-11 лет**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша рисовая вязкая молочная	220	10,93	18,50	34,84	349,58	91,58
Чай черный с сахаром	200	1,08	0,36	12,60	57,96	
Хлеб пшеничный	50	4,30	1,60	21,75	118,60	
Кондитерские изделия промышленного производства	30	1,35	3,08	6,45	58,88	

**ЗАВТРАК 12 лет и старше**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша рисовая вязкая молочная	250	10,13	21,08	42,94	402,00	106,48
Чай черный с сахаром	200	1,08	0,36	12,60	57,96	
Хлеб пшеничный	70	6,02	2,24	30,45	166,04	
Кондитерские изделия промышленного производства	30	1,35	3,08	6,45	58,88	

**ОБЕД 7-11 лет**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы соленые	60	0,43	0,05	6,04	26,37	137,38
Суп гороховый на бульоне	200	5,11	3,02	18,37	121,11	
Гуляш из птицы в соусе	100	11,56	8,76	7,88	156,60	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	6,27	6,11	32,16	208,67	
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,00	0,00	18,14	72,58	
Хлеб пшеничный	50	4,30	1,60	21,75	118,60	
Хлеб ржаной	50	4,25	0,45	14,38	78,55	

**ОБЕД 12 лет и старше**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы соленые	100	0,72	0,09	7,03	31,81	159,71
Суп гороховый на бульоне	250	5,57	14,85	21,69	242,69	
Гуляш из птицы в соусе	100	11,56	3,50	8,19	110,50	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	7,52	7,33	34,99	236,00	
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,00	0,00	18,14	72,58	
Хлеб пшеничный	70	6,02	2,24	30,45	166,04	
Хлеб ржаной	90	7,65	0,81	25,88	141,39	

**ПОЛДНИК 7-11 лет**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка «Ванильная» йодированная	100	4,71	7,70	27,77	199,22	68,69
Чай зелёный с сахаром	200	0,40	0,20	0,50	5,40	

**ПОЛДНИК 12 лет и старше**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка «Ванильная» йодированная	150	7,07	11,55	41,66	298,83	79,85
Чай зелёный с сахаром	200	0,40	0,20	0,50	5,40	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

*Кузьмин*