

СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР МАОУ СШ № 147



Р.В. Кузьмин

МЕНЮ на 01.04 2026г.

Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 3 день

ЗАВТРАК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Гречка с мясом по-купечески	200	4,89	8,89	27,40	209,17	91,58
Чай зелёный с сахаром	200	0,40	0,20	0,50	5,40	
Хлеб пшеничный йодовый	50	3,56	0,36	23,40	111,06	
Хлеб ржаной	20	1,70	0,18	5,75	31,42	
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.
Гречка с мясом по-купечески	220	8,89	11,12	28,16	248,28	106,48
Чай зелёный с сахаром	200	0,40	0,20	0,50	5,40	
Хлеб пшеничный йодовый	70	4,98	0,50	28,08	136,76	
Хлеб ржаной	30	2,55	0,27	8,63	47,13	
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.
Овощная закуска	60	0,90	0,18	6,18	29,94	137,38
Суп «Крестьянский» с крупой на мясном бульоне	200	5,04	9,93	9,56	147,77	
Соте из рыбы с овощами	90	10,89	5,56	12,51	143,64	
Рис отварной с маслом	150	3,50	4,26	14,98	112,24	
Напиток лимонный	180	0,15	0,02	15,12	61,21	
Хлеб пшеничный	50	4,30	1,60	21,75	118,60	
Хлеб ржаной	30	2,55	0,27	8,63	47,13	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Овощная закуска	100	1,50	0,30	9,19	45,46	159,71
Суп «Крестьянский» с крупой на мясном бульоне	250	5,62	12,42	11,95	182,06	
Соте из рыбы с овощами	100	11,62	6,95	14,25	166,03	
Рис отварной с маслом	180	4,19	5,33	19,48	142,67	
Напиток лимонный	180	0,15	0,02	15,12	61,21	
Хлеб пшеничный	70	6,02	2,24	30,45	166,04	
Хлеб ржаной	60	5,10	0,54	17,25	94,26	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка «Маковка» йодированная	100	5,94	11,53	57,41	357,17	68,69
Молоко пастеризованное	200	5,04	5,00	8,46	99,00	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка «Маковка» йодированная	150	8,91	17,30	86,12	535,76	79,85
Молоко пастеризованное	200	5,04	5,00	8,46	99,00	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ Кузьмин