



Утверждаю:
А.О. Ортубак

Меню на «13» ноября 2025г.
Четверг

Директор



Согласовано:
МБОУ «СОШ №20
ИМЕНИ ГЕРОЕВ
ОТЕЧЕСТВА
ГОРОДА КЫЗЫЛА»

Прием пищи	Раздел	№ п/п	Блюдо	Выход, г (7-11 лет)	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность
Завтрак	Супы картофельные с крупами, бобовыми, макаронными изделиями, овощами, рассольники	106/М/ССЖ	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	39,00	8,38	2,91	13,49	114,21
	Компоты (напитки, кисели) из свежих фруктов или ягод, сухофруктов (сахар не более 7гр на 100гр блюда)	473/К/ССЖ	Напиток витаминный	200	22,00	0,46	0,15	19,54	85,10
	хлеб	пром.	Хлеб пшеничный	30,00	3,50	2,28	0,24	14,76	70,50
	хлеб	пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	3,50	2,80	0,55	24,70	116,00
	сладкое	пром.	кондитерское изделие (печенье)	60	25,00	8,0	4,05	45,0	130,0
	Итого				540,00	93,00	21,92	7,90	117,49
Обед	Блюдо из рыбы, в том числе с соусом	234/М	Котлета рыбная с маслом сливочным	105	27,00	19,8	9,75	35,75	155,2
	Компоты (напитки, кисели) из свежих фруктов или ягод, сухофруктов (сахар не более 7гр на 100гр блюда)	473/К/ССЖ	Напиток витаминный	200	22,00	0,46	0,15	19,54	85,10
	хлеб	пром.	Хлеб пшеничный	30,00	3,50	2,28	0,24	14,76	70,50
	хлеб	пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	3,50	2,80	0,55	24,70	116,00
	Салат из свежих овощей	32/И	Салат из белокочанной капусты, помидоров	60	16,00	0,83	3,11	2,28	40,75
	соусы	333	соус красный основной	20	3,00	2,7	4,2	4,4	65,5
	Блюда (гарниры) из круп, бобовых и макаронных	415/И	Рис припущенный с овощами	150	18,00	3,44	4,60	32,74	186,57
	Итого				615,00	93,00	32,31	22,60	134,17
Дополнительное меню для детей с ОВЗ									
	фрукт	пром.	фрукт	100	20,74	0,20	0,60	19,00	77,00
					20,74	0,20	0,60	19,00	