

руководитель

Муниципальное образование Мигулинская основная общеобразовательная школа  
161303571 \* КПП 77-1001  
ОГРН 1027601274590

7 октября 2025 г.

**12-18 лет**

| Наименование блюда                                                                                                                                                                                                        | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                           |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Завтрак</b>                                                                                                                                                                                                            |       |                   |         |             |                               |
| <b>МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)</b><br>масло сладко-сливочное несоленое                                                                                                                                                               | 20    | 0,20              | 33,00   | 0,32        | 299,20                        |
| <b>*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ</b><br>овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная                                                      | 200   | 5,54              | 4,67    | 19,99       | 145,08                        |
| <b>*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ</b><br>кофейный напиток, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок                                                                                                          | 200   | 4,62              | 4,66    | 21,51       | 147,54                        |
| <b>БАТОН</b><br>батон нарезной                                                                                                                                                                                            | 95    | 7,60              | 0,95    | 46,65       | 226,10                        |
| <b>Итого</b>                                                                                                                                                                                                              |       | 17,96             | 43,28   | 88,47       | 817,92                        |
| <b>Обед</b>                                                                                                                                                                                                               |       |                   |         |             |                               |
| <b>*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ</b><br>картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, куры потрош. 1 категории | 270   | 5,84              | 6,94    | 17,76       | 157,35                        |
| <b>* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ</b><br>свинина мясная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист                                                     | 300   | 14,67             | 27,86   | 32,91       | 441,96                        |
| <b>* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ</b><br>яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота                                                                                                                                  | 200   | 0,16              | 0,16    | 15,47       | 64,89                         |
| <b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b><br>хлеб дарницки                                                                                                                                                                                       | 65    | 4,30              | 0,57    | 27,55       | 132,57                        |
| <b>Итого</b>                                                                                                                                                                                                              |       | 24,97             | 35,53   | 93,69       | 796,77                        |
| <b>Всего</b>                                                                                                                                                                                                              |       | 42,93             | 78,81   | 182,16      | 1 614,69                      |

Медицинская сестра

Подсчёт: 100%