

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"

Ген. директор

Трухтинова О.Ю.

должность

расшифровка подписи

подпись \_\_\_\_\_  
расшифровка подписи \_\_\_\_\_**МЕНЮ НА 23.04.2026****ГБОУ СОШ №1 "ОЦ" п.г.т. Смышляевка***для обучающихся 7-11 лет*

| Наименование блюда                         | Выход (г)  | Цена (руб)    | Калл            | Белки        | Жиры         | Углевод<br>ы  | Мг<br>рецент. |
|--|------------|---------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| <b><u>завтрак</u></b>                      |            |               |                 |              |              |               |               |
| Чай с сахаром                              | 200/10     |               | 39,90           |              |              | 9,98          | 376           |
| Бутерброд с новизлом                       | 30/40      |               | 179,80          | 3,12         | 1,16         | 40,06         | 2,03          |
| Омлет натуральный                          | 180/5      |               | 254,96          | 16,83        | 19,28        | 3,47          | 210           |
| Хлеб пшеничный                             | 40         |               | 99,90           | 2,93         | 1,20         | 20,00         |               |
| <b>Итого за завтрак</b>                    | <b>505</b> | <b>82,06</b>  | <b>574,56</b>   | <b>22,88</b> | <b>21,64</b> | <b>73,51</b>  |               |
| <b><u>обед</u></b>                         |            |               |                 |              |              |               |               |
| Хлеб ржаной                                | 40         |               | 75,52           | 2,40         | 0,40         | 17,58         |               |
| Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью | 200/5/1    |               | 83,00           | 1,66         | 5,16         | 7,61          | 88,12         |
| Мясо духовое с картофелем и огурцом        | 250/30     |               | 513,15          | 14,29        | 34,28        | 26,82         | 258           |
| Компот из свежих яблок                     | 180        |               | 76,77           | 0,14         | 0,14         | 18,50         | 342           |
| Хлеб пшеничный                             | 40         |               | 99,90           | 2,93         | 1,20         | 20,00         |               |
| <b>Итого за обед</b>                       | <b>746</b> | <b>114,91</b> | <b>848,34</b>   | <b>21,42</b> | <b>41,18</b> | <b>90,51</b>  |               |
| <b><u>полдник</u></b>                      |            |               |                 |              |              |               |               |
| Гребешок с молоком сгущенным               | 100        |               | 453,47          | 12,90        | 9,78         | 78,41         | 405,16        |
| Чай с лимоном                              | 200/7/10   |               | 42,28           | 0,06         | 0,01         | 10,19         | 377           |
| <b>Итого за полдник</b>                    | <b>317</b> | <b>39,46</b>  | <b>495,75</b>   | <b>12,96</b> | <b>9,79</b>  | <b>88,60</b>  |               |
| <b>Итого за день:</b>                      |            |               | <b>1 918,65</b> | <b>57,26</b> | <b>72,61</b> | <b>252,62</b> |               |

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Технология"

Ген. директор

Труханова О.Ю.  
руководитель подписиподпись \_\_\_\_\_  
руководитель подписи \_\_\_\_\_**МЕНЮ НА 23.04.2026****ГБОУ СОШ №1 "ОЦ" п.г.т. Смышляевка***для обучающихся 11-18 лет*

| Наименование блюда                         | Выход (г)  | Цена (руб)    | Ккал            | Белки        | Жиры         | Углевод<br>ы  | №<br>рецепт. |
|--|------------|---------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| <b><u>завтрак</u></b>                      |            |               |                 |              |              |               |              |
| Бутерброд с повидлом                       | 40/45      |               | 217,30          | 3,18         | 1,16         | 49,81         | 2,06         |
| Омлет натуральный                          | 200/5      |               | 343,73          | 20,94        | 27,09        | 3,97          | 210          |
| Чай с сахаром                              | 200/10     |               | 39,90           |              |              | 9,98          | 376          |
| Хлеб пшеничный                             | 50         |               | 124,88          | 3,67         | 1,50         | 25,00         |              |
| <b>Итого за завтрак</b>                    | <b>550</b> | <b>95,46</b>  | <b>725,81</b>   | <b>27,79</b> | <b>29,75</b> | <b>88,76</b>  |              |
| <b><u>обед</u></b>                         |            |               |                 |              |              |               |              |
| Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью | 250/5/1    |               | 103,75          | 2,08         | 6,45         | 9,51          | 88,14        |
| Мясо духовое с картофелем и огурцом        | 280/30     |               | 548,14          | 14,86        | 35,38        | 31,04         | 258,16       |
| Компот из свежих яблок                     | 180        |               | 76,77           | 0,14         | 0,14         | 18,50         | 342          |
| Хлеб пшеничный                             | 60         |               | 149,85          | 4,40         | 1,80         | 30,00         |              |
| Хлеб ржаной                                | 60         |               | 113,29          | 3,60         | 0,60         | 26,38         |              |
| <b>Итого за обед</b>                       | <b>866</b> | <b>133,65</b> | <b>991,8</b>    | <b>25,08</b> | <b>44,37</b> | <b>115,43</b> |              |
| <b>Итого за день:</b>                      |            |               | <b>1 717,61</b> | <b>52,87</b> | <b>74,12</b> | <b>204,19</b> |              |

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир