«Нижне-Залегощенская основная общеобразовательная школа»
Залегощенского района Орловской области

Директор школы: Федосова УТВЕРЖДАЮ
/Федосова Н. В./

ПЛАН – МЕНЮ
03/03 - 2026г

№	Блюдо и гарнир			Кол-во порций	Сумма, руб. коп.	Каллорийность порции	Белки	Жиры	Углеводы
	Наименование и краткая характеристика	Номер блюда по сборнику рецептур, по ТТК, СТП	Выход одного блюда, г						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
ЗАВТРАК 1-9 классы (социальная поддержка)									
1.	Каша рисовая	182	200	65	14,71	251	5,1	10,72	33,42
2	Чай	376	200	65	1,78	28,0	0,2	0	14,0
3	Батон	прош	30	65	3,51	75,0	2,4	0,3	14,7
		итого:	430	65	20,0	354	7,7	11,02	62,12
ОБЕД 1-4 классы									
1.	Салат из свеж. отв	52	60	40	6,54	56,34	0,9	3,65	5,0
2.	Суп харч с крупой	101	200	40	18,99	73,1	1,74	2,27	11,43
3.	Птица отварная	300	90	40	54,81	185,62	15,28	12,24	0
4.	Капуста тушен	336	150	40	13,42	213,53	2,78	6,48	34,52
5.	Кисель с витС	379	200	40	5,26	160	0	0	39,4
6	Хлеб	прош	30	40	1,95	54	2,4	0,3	19,2
		Итого:	730	40	100,97	742,6	23,06	24,94	109,57
ОБЕД 5 - 9 классы									
1.	Салат из свеж отв	52	100	44	6,37	93,90	1,43	6,09	8,36
2	Суп харч с крупой	101	250	44	2,51	91,5	2,18	2,84	14,29
3	Птица отв	300	100	44	20,88	206,25	16,98	13,6	0
4	Капуста тушен	336	180	44	14,13	256,23	3,33	7,37	41,42
5	Кисель с витС	379	200	44	5,26	160	0	0	39,4
6	Хлеб	прош	30	44	1,95	54	2,4	0,3	19,2
		Итого:	860	44	51,70	861,88	26,32	30,6	122,67

Завхоз /Е.Н. Колесникова/