

Согласовано
Директор МКОУ Краснозерского
Лицея №1

Г.Н. Трегубова

Утверждаю:
Председатель Правления
ПО Общепит Краснозерского
РайПО
А.Г. Папкина

**Перспективное примерное десятидневное меню завтраки для учащихся
Муниципального казенного общеобразовательного учреждения
Краснозерского района Новосибирской области
Краснозерского лицея № 1
на осенне-зимний период 2026--2027 года
категория детей 1-4 класс**

День 1

Наименование	Выход	Б	Ж	У	ККал	Цена
Завтрак						
Тефтель с соусом	90	11,1	6,3	40,0	283,0	55,06
Чай заварной	200/5	0,53	0,01	12,27	59,16	12,00
Макароны отварные	190	8,26	15,02	36,4	195,00	19,00
Хлеб в/с	20	1,86	0,9	11,8	58,64	2,00
Итого	505	19,89	21,33	88,67	537,16	88,06

День 2

Наименование	Выход	Б	Ж	У	ККал	Цена
Завтрак						
Каша пшениная с маслом	250/10	9,92	13,42	51,00	197,25	47,29
Чай заварной	200	0,53	0,01	10,99	59,16	12,00
Бутерброд с повидлом	50	7,86	6,67	11,8	258,9	24,77
Хлеб мариинский	20	2,00	0,4	10,0	51,22	4,00
Итого	530	20,31	20,5	83,79	566,53	88,06

День 3

Наименование	Выход	Б	Ж	У	ККал	Цена
Завтрак						
Рассольник ленинградский	250/10	9,92	13,42	64,00	257,25	49,29
Чай заварной фруктовый	200	0,53	0,01	10,99	59,16	15,00
Бутерброд с сыром	30/20	10,86	6,67	11,8	258,9	23,77
Итого	510	21,31	20,1	86,79	575,31	88,06

День 4

Наименование	Выход	Б	Ж	У	ККал	Цена
Завтрак						
Печень по строгановски	90	16,24	12,9	41,57	286,8	55,06
Картофельное пюре	150/30	3,7	6,4	23,8	167,2	19,00
Чай заварной	200	0,53	0,5	6,6	26,2	12,00
Хлеб в/с/мариинский	30	1,86	0,9	11,8	58,64	2,00
Итого	500	22,33	20,7	83,77	538,84	88,06

День 5

Наименование	Выход	Б	Ж	У	ККал	Цена
Завтрак						
Каша рисовая молочная с маслом	250/10	13,24	13,11	61,00	298,64	49,29
Чай заварной с лимоном	200/5/5	0,53	0,01	12,27	59,16	15,00
Булочка ванильная	50	4,18	4,72	0,4	62,6	19,77
Хлеб мариинский	20	2,00	0,4	10,0	51,22	4,00
Итого	540	19,95	18,24	83,67	471,62	88,06

Меню для обучающихся начальной школы на 10 дней

День 6

Наименование	Выход	Б	Ж	У	ККал	Цена
Завтрак						
Котлета куриная с соусом	100	11,1	6,3	40,0	283,0	55,06
Чай заварной	200/5	0,53	0,01	12,27	59,16	12,00
Макароны отварные	190	8,26	15,02	36,4	195,00	19,00
Хлеб в/с	20	1,86	0,9	11,8	58,64	2,00
Итого	515	19,89	21,33	88,67	537,16	88,06

День 7

Наименование	Выход	Б	Ж	У	ККал	Цена
Завтрак						
Каша манная молочная	250/10	9,92	13,42	51,00	197,25	49,29
Чай заварной с лимоном	200/5	0,53	0,01	10,99	59,16	15,00
Бутерброд с повидлом	50	7,86	6,67	11,8	258,9	21,77
Хлеб мариинский	20	2,00	0,4	10,00	51,22	2,00
Итого	535	20,31	20,5	83,79	566,53	88,06

День 8

Наименование	Выход	Б	Ж	У	ККал	Цена
Завтрак						
Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	16,24	18,10	49,70	258,98	49,29
Кисель фруктовый	200/5	0,53	0,05	22,27	259,16	34,77
Хлеб мариинский/в/с	40	1,86	0,9	11,8	58,64	4,00
Итого	505	20,31	20,5	83,79	566,53	88,06

День 9

Наименование	Выход	Б	Ж	У	ККал	Цена
Завтрак						
Котлета рыбная (любительская)	100/30	14,24	13,42	42,00	286,8	55,06
Картофельное пюре	150	3,4	6,4	23,8	167,2	19,00
Чай заварной	200	0,53	0,5	6,6	26,2	12,00
Хлеб в/с/ мариинский	30	1,86	0,9	11,8	58,64	2,00
Итого	510	21,22	20,1	84,2	538,84	88,06

День 10

Наименование	Выход	Б	Ж	У	ККал	Цена
Завтрак						
Суп гороховый с картофелем	250	13,24	15,11	61,00	278,64	49,29
Чай заварной с лимоном	200/5/5	0,53	0,01	12,27	155,00	15,00
Булочка ванильная	50	4,18	4,72	0,4	62,6	19,77
Хлеб мариинский/в/с	20	2,00	0,4	10,0	51,22	4,00
Итого	530	19,95	20,24	83,67	547,46	88,06