



Согласовано:
Генеральный директор ОАО «Исток»
Сербицкий А.М.
2025г.

Утверждаю:
Директор МКВСОУЦО №10

2025г.

МЕНЮ
На 10 Июня 2025
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 11 до 15 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
15	Сыр «Российский» (порциями) 50% жирности	1/25	4,64	5,91	0,00	72,00	25-44
182	Каша жидкая молочная рисовая	1/200/5	2,19	5,09	22,53	145,33	17-25
377	Чай с лимоном	1/200/15/7	0,20	0,00	16,00	65,00	4-41
пром	Булочка «Ладушка» йодированная	1/50	2,75	0,55	26,8	139,0	18-20
	Итого	502	9,78	11,55	65,33	421,33	65-30
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
75	Икра морковная	1/60	1,26	4,08	8,28	75,00	8-08
96	Рассольник «Ленинградский» с крупой перловой	1/250	2,10	5,10	20,50	136,25	16,31
54-9	Жаркое из говядины по-домашнему	1/240	24,16	22,40	20,64	381,60	111-20
пром	Сок фруктовый	1/200	1,00	0,00	24,40	101,60	14-30
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	Итого	800	32,21	32,12	95	800,05	152-67

Технолог:
Варданын О.Е.



2025г.

МЕНЮ

На 10 Июня 2025

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 6 до 10 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
15	Сыр «Российский» (порциями) 50% жирности	1/25	4,64	5,91	0,00	72,00	25-44
182	Каша жидкая молочная рисовая	1/200/5	2,19	5,09	22,53	145,33	17-25
377	Чай с лимоном	1/200/15/7	0,20	0,00	16,00	65,00	4-41
пром	Булочка «Ладушка» йодированная	1/50	2,75	0,55	26,8	139,0	18-20
	Итого	502	9,78	11,55	65,33	421,33	65-30
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
75	Икра морковная	1/60	1,26	4,08	8,28	75,00	8-08
96	Рассольник «Ленинградский» с крупной перловой	1/200	1,68	4,08	16,40	109,00	13-07
54-9	Жаркое из говядины по-домашнему	1/240	24,16	22,40	20,64	381,60	111-20
пром	Сок фруктовый	1/200	1,00	0,00	24,40	101,60	14-30
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	Итого	750	31,79	31,1	90,9	772,8	149-43

Технолог:
Варданын О.Е.