



Согласовано:
Генеральный директор ОАО «Исток»
Серби́ч А.М.
06.06.2025г.



Утверждаю:
Директор МКВСОУЦО №10
06.06.2025г.

МЕНЮ
На 6 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							
209	Яйцо вареное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	15-20
73	Икра кабачковая	1/100	1,40	4,80	8,50	83,00	24-01
864	Компот из лимонов	1/200	0,08	0,00	27,08	108,60	8-96
15	Сыр «Российский» (порциями) 50% жирности	1/20	4,64	5,91	0,00	72,00	20-64
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
338	Фрукты (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00	13-00
	Итого	510	15,31	15,85	69,66	484,2	84-59
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
71	Овощи свежие в нарезке(помидоры или огурцы)	1/60	0,72	0,12	2,76	15,60	10-56
102	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	1/200	4,14	4,28	18,88	130,60	12-02
234	Котлеты или биточки рыбные (минтай) с маслом 72,5% жирности	1/90/5	13,32	16,92	10,44	224,66	37-72
166	Каша рассыпчатая пшениная с овощами	1/150	3,5	3,74	34,69	186	6-34
349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,08	0,00	21,82	87,60	6-44
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	755	25,45	25,6	109,77	750,06	75-86

Технолог:
Варданян О.Е.



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



Утверждено:
Директор МКВСОУЦО №10
« 06 » 2025г.

МЕНЮ
На 6 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							
209	Яйцо вареное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	15-20
73	Икра кабачковая	1/100	1,40	4,80	8,50	83,00	24-01
864	Компот из лимонов	1/200	0,08	0,00	27,08	108,60	8-96
15	Сыр «Российский» (порциями) 50% жирности	1/20	4,64	5,91	0,00	72,00	20-64
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
338	Фрукты (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00	13-00
	Итого	510	15,31	15,85	69,66	484,2	84-59
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
71	Овощи свежие в нарезке(помидоры или огурцы)	1/60	0,72	0,12	2,76	15,60	10-56
102	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	1/250	5,18	5,35	23,6	163,25	17-69
234	Котлеты или биточки рыбные (минтай) с маслом 72,5% жирности	1/90/5	13,32	16,92	10,44	224,66	37-72
166	Каша рассыпчатая пшениная с овощами	1/180	4,20	4,49	41,63	223,2	7-65
349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,08	0,00	21,82	87,60	6-44
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	835	27,19	27,42	121,43	819,91	82-84

Технолог:
Варданян О.Е.