



СОГЛАСОВАНО
Директор О.Ю. Воробьева
Меню на «14» октября 2026 г. О.В. Бирюкова
Школа имени Е.Н. Бирюкова

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	60	0.66	0.12	2.28	8.8	8.50
Птица тушен. в соусе с овощами	100	8.7	7.7	8.6	138.7	53.30
Каша рассыпчатая гречневая	150	4.6	4.9	20.3	142.4	12.00
Чай с сахаром и лимоном	186	0.11	0.0	13.05	19.44	7.00
Хлеб пшеничный	35	2.66	0.28	17.22	81.9	2.75
Хлеб ржаной	20	1.4	0.2	6.7	34.8	2.00
Итого за завтрак:	551	18.13	13.2	68.15	426.04	

Цена 85 рублей 55 копеек

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат из бел. капусты с морковью	60	0.78	1.95	3.88	36.24	8.00
Суп картоф. с макарон.изд.	200	2.15	2.27	13.96	94.6	25.00
Курица отварная с м/сл	90/5	20.27	22.3	27.9	253.1	46.50
Каша вязкая из крупы «Артек»	150	4.1	7.6	24.4	181.9	12.00
Компот из сухофруктов	200	0.44	0.0	30.9	126.3	10.00
Хлеб пшеничный	45	3.42	0.32	22.14	105.3	3.00
Хлеб ржаной	25	1.75	0.25	8.37	43.5	2.50
Итого за обед:	775	32.91	34.69	131.55	840.94	

Цена 107 рублей

Возрастная категория 12-18 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	100	1.1	0.2	3.8	14.6	13.50
Птица тушен. в соусе с овощами	150	13.06	11.56	12.9	208.0	70.75
Каша рассыпчатая гречневая	180	5.5	5.8	24.2	169.96	13.00
Чай с сахаром и лимоном	187	0.11	0.0	13.05	19.44	7.00
Хлеб пшеничный	35	2.66	0.28	17.22	81.9	2.75
Хлеб ржаной	20	1.4	0.2	6.7	34.8	2.00
Итого за завтрак:	672	23.83	18.04	77.87	528.8	
				Цена	109.00 рублей	

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат из бел. капусты с морковью	100	1.3	3.25	6.46	60.4	11.00
Суп картоф. с макарон.изд.	250	2.68	2.83	17.45	118.25	27.00
Курица отварная с м/сл	100/5	22.4	24.64	30.83	279.74	48.50
Каша вязкая из крупы «Артек»	180	4.9	9.1	29.12	217.11	16.00
Компот из сухофруктов	200	0.44	0.0	30.9	126.3	10.00
Хлеб пшеничный	45	3.42	0.32	22.14	105.3	3.00
Хлеб ржаной	25	1.75	0.25	8.37	43.5	2.50
Итого за обед:	905	36.89	40.39	145.27	950.60	
				Цена	118 рублей	