

**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
для школьной столовой (обед)**

на 2026 год					
Наименование блюда	выход	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
ДЕНЬ 1					
суп картофельный с горохом	200	5,5	5,3	16,5	148,2
птица тушеные	80	11,66	11,66	7,15	166
макароны с маслом	150	6,5	6,9	36,5	234,8
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,54	27,72	132,6
компот из сухофруктов	200	0,6	0,09	32	132,8
ИТОГО		28,82	24,49	119,87	814,4

ДЕНЬ 2					
суп лапша	200	1,8	4,9	10,9	103,7
картофель и овощи, тушеные в соусе	150	7,7	9,01	45,07	292,5
чай с лимоном	200	0,6	0,09	32	132,8
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,54	27,72	132,6
тефтели рыбные	100	9	6,34	2,1	123
ИТОГО		23,66	20,88	117,79	784,6
ДЕНЬ 3					

щи из свежей капусты и картофеля	200	1,7	4,9	7,9	90
плов из птицы	150	14,3	10,2	29,55	233
чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,54	27,72	132,6
ИТОГО		20,63	15,66	80,17	515,6

ДЕНЬ 4					
борщ из свежей капусты и картофеля	200	1,6	4,13	10,99	88,39
суп картофельный с макаронами	200	2,7	2,8	17,4	118,2
тефтели с соусом	100	8,13	9,2	11,44	157
чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,54	27,72	132,6
каша гречневая	150	3,1	5,29	13,98	145,03
ИТОГО		18,62	17,85	85,74	614,83

ДЕНЬ 5

суп картофельный	200	2,3	2,8	16,8	114
макароны с маслом	150	6,5	6,9	36,5	234,8
гуляш	110	17	20,8	3	220,5
чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,54	27,72	132,6
ИТОГО		30,43	31,06	99,02	761,9

ДЕНЬ 6

борщ с св. капусты и картофелем	200	1,7	4,9	7,9	90
котлеты московские	70	4,6	3,8	5,95	76
соус томатный	30	0,8	0,14	2,5	26
компот из сухофруктов	200	0,6	0,09	32	132,8
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,54	27,72	132,6
каша пшеничная с маслом	150	3,7	10,9	21,5	207,4
ИТОГО		15,96	20,37	97,57	664,8

ДЕНЬ 7

суп картофельный с горохом	200	1,9	2,7	12,1	85,7
рагу из птицы	175	5,82	5,83	3,51	83
чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,54	27,72	132,6
ИТОГО		12,35	9,09	58,33	361,3

ДЕНЬ 8

суп картофельный с макаронами	200	5,4	5,2	16,5	148,2
птица тушеные	80	11,66	11,66	7,15	166
каша перловая	150	5,2	8,7	37,1	247,5
чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,54	27,72	132,6
ИТОГО		26,95	26,12	103,67	756,3

ДЕНЬ 9

щи из св. капусты и картофелем	200	1,8	4,9	10,9	103,7
пюре картофельное	150	6,5	6,9	36,5	234,8
соус	30	0,8	0,14	2,5	26
котлеты рыбные	80	5,4	10,9	5,8	144
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,54	27,72	132,6
компот из сухофруктов	200	0,6	0,09	32	132,8
ИТОГО		19,66	23,47	115,42	773,9

ДЕНЬ 10					
суп картофельный с крупой	200	2,7	2,8	17,4	118,2
соус томатный	30	0,8	0,14	2,5	26
котлеты из птицы	80	9,7	10,7	12,1	166
макароны с маслом	150	7,7	9,01	15,07	292,5
чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,54	27,72	132,6
ИТОГО		25,53	23,21	89,79	795,3
В среднем за 10 дней		25,5	25,3	113,2	806,4

Guid файла контракта: e4730165-5a73-4448-a869-fd2c223e4dfe

Номер закупки/заказа: 9852650

Данные электронной подписи Владелец: Корчаков Роман Александрович Организация: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕМОНТНЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №2, 6129004972 612901001 Подписано: 19.01.2026 15:28:58 Данные сертификата Серийный номер: 00F4B087EF4D53C4ECC863052DF53E7EA3 Срок действия: 16.12.2025 14:20:01 - 11.03.2027 14:20:01	Данные электронной подписи Владелец: РВАЧЕВ СЕРГЕЙ ВЛАДИМИРОВИЧ Организация: ИП РВАЧЕВ СЕРГЕЙ ВЛАДИМИРОВИЧ, 612900793912 Подписано: 19.01.2026 11:10:36 Данные сертификата Серийный номер: 02994F6B0040B363A44A73342445E4F97A Срок действия: 21.08.2025 09:20:42 - 21.11.2026 09:30:42
Документ подписан электронной подписью	Документ подписан электронной подписью