



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МКОУ «Таловская СОШ»  
Шинкоренко Т.С.

Меню «10» марта 2025 г.

Завтрак

| №      | Наименование блюд       | Выход | Белки г | Жиры общие г | Углеводы г | Калор. ккал | Цена  |
|--------|-------------------------|-------|---------|--------------|------------|-------------|-------|
|        |                         |       | 3-7     |              |            |             |       |
| 54-1о  | Омлет натуральный       | 150   | 13      | 18           | 23         | 225         | 32,01 |
| 54-4гн | Чай с сахаром и лимоном | 180   | 1       | 1            | 8          | 46          | 3,08  |
| Пром.  | Хлеб пшеничный с сыром  | 40    | 2       | 0            | 12         | 59          | 9,53  |
| Пром.  | Сок овощной             | 100   | 1       | 0            | 13         | 56          | 14,00 |

Обед

| №      | Наименование блюд             | Выход | Белки г | Жиры общие г | Углеводы г | Калор. ккал | Цена  |
|--------|-------------------------------|-------|---------|--------------|------------|-------------|-------|
|        |                               |       | 3-7     |              |            |             |       |
| 54-17з | Салат из моркови и чернослива | 30    | 1       | 0            | 7          | 28          | 4,80  |
| 54-2с  | Борщ со сметаной              | 200   | 5       | 6            | 10         | 110         | 22,80 |
| 54-1г  | Картофельное пюре             | 150   | 5       | 5            | 33         | 197         | 9,45  |
| 54-9р  | Тефтели рыбные с соусом       | 100   | 14      | 10           | 11         | 185         | 31,33 |
| 54-2хн | Компот из кураги              | 200   | 1       | 0            | 16         | 67          | 9,03  |
| Пром.  | Хлеб                          | 40    | 3       | 1            | 16         | 78          | 2,54  |

Полдник

| №     | Наименование блюд | Выход | Белки г | Жиры общие г | Углеводы г | Калор. ккал | Цена  |
|-------|-------------------|-------|---------|--------------|------------|-------------|-------|
|       |                   |       | 3-7     |              |            |             |       |
| пром  | Печенье           | 40    | 3       | 4            | 30         | 166         | 12,25 |
| Пром. | Молоко            | 160   | 5       | 4            | 8          | 85          | 18,40 |

Ужин

| №      | Наименование блюд            | Выход | Белки г | Жиры общие г | Углеводы г | Калор. ккал | Цена  |
|--------|------------------------------|-------|---------|--------------|------------|-------------|-------|
|        |                              |       | 3-7     |              |            |             |       |
| 54-4т  | Пудинг из творога с яблоками | 150   | 23      | 11           | 15         | 250         | 66,22 |
| 54-2гн | Чай с сахаром                | 180   | 0       | 0            | 6          | 26          | 1,73  |
|        |                              |       |         |              |            |             |       |
|        |                              |       |         |              |            |             |       |

Повар

Н.М.Скрипкина

Ответственный по питанию

Л.М. Дрянных







