

Согласовано:

Директор МБОУ "Гимназия № 46"

Софронов А.Л.

Утверждаю:

Директор ООО "Кулинар-плюс"

Бенда Л.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

школа № 46 МЕНЮ на 17 Сентября 2026 г.

| Наименование                     | Цена<br>руб.коп. | Выход,<br>гр. | Белки | Жиры  | Углеводы | Энерг.<br>цен-ть,<br>кКал. |
|----------------------------------|------------------|---------------|-------|-------|----------|----------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 кл</b>            |                  |               |       |       |          |                            |
| Масло сливочное                  | 14-54            | 20            | 0.10  | 14.50 | 0.16     | 132                        |
| Каша молочная пшенная с маслом   | 23-51            | 250/10        | 13.76 | 13.90 | 33.66    | 347                        |
| Чай охлажденный с плодовым соком | 6-12             | 200           | 0.34  | 0.02  | 22.53    | 95                         |
| Хлеб пшеничный                   | 4-83             | 50            | 3.95  | 0.50  | 24.00    | 117                        |
| <b>Итого</b>                     | <b>49-00</b>     |               | 18.15 | 28.92 | 80.35    | 691                        |
| <b>Завтрак 5-11 кл</b>           |                  |               |       |       |          |                            |
| Масло сливочное                  | 14-54            | 20            | 0.10  | 14.50 | 0.16     | 132                        |
| Каша молочная пшенная с маслом   | 30-55            | 285/17        | 15.69 | 15.85 | 38.37    | 396                        |
| Чай охлажденный с плодовым соком | 6-12             | 200           | 0.34  | 0.02  | 22.53    | 95                         |
| Хлеб пшеничный                   | 5-80             | 60            | 4.74  | 0.60  | 28.80    | 140                        |
| Конфета Отважный комарик         | 3-99             | 12            |       | 0.01  | 8.64     | 35                         |
| <b>Итого</b>                     | <b>61-00</b>     |               | 20.87 | 30.98 | 98.50    | 798                        |
| <b>Обед 1-4 кл</b>               |                  |               |       |       |          |                            |
| Салат из белокочанной капусты    | 6-78             | 60            | 0.93  | 3.05  | 5.65     | 61                         |
| Суп картофельный с рыбой         | 32-52            | 16/250        | 2.00  | 4.90  | 14.30    | 110                        |
| Гуляш                            | 44-70            | 50/50         | 10.64 | 28.19 | 2.89     | 309                        |
| Рис отварной                     | 11-74            | 150           | 3.60  | 6.00  | 36.70    | 228                        |
| Компот из свежих плодов          | 9-94             | 200           | 0.20  | 0.16  | 27.88    | 115                        |
| Хлеб ржаной                      | 4-32             | 60/2 кус      | 2.82  | 0.60  | 24.60    | 126                        |
| <b>Итого</b>                     | <b>110-00</b>    |               | 20.19 | 42.90 | 112.02   | 949                        |
| <b>Обед 5-11 кл</b>              |                  |               |       |       |          |                            |
| Салат из белокочанной капусты    | 11-30            | 100           | 1.55  | 5.08  | 9.42     | 101                        |
| Суп картофельный с рыбой         | 33-19            | 16,5/250      | 2.00  | 4.90  | 14.30    | 110                        |
| Гуляш                            | 49-17            | 55/55         | 11.70 | 31.01 | 3.18     | 340                        |
| Рис отварной                     | 14-08            | 180           | 4.32  | 7.20  | 44.10    | 274                        |
| Компот из свежих плодов          | 9-94             | 200           | 0.20  | 0.16  | 27.88    | 115                        |
| Хлеб ржаной                      | 4-32             | 60/2 кус      | 2.82  | 0.60  | 24.60    | 126                        |
| <b>Итого</b>                     | <b>122-00</b>    |               | 22.59 | 48.95 | 123.48   | 1066                       |
| <b>Полдник (14-00)</b>           |                  |               |       |       |          |                            |
| Пряник                           | 17-64            | 40            | 2.00  | 1.60  | 29.60    | 148                        |
| Напиток апельсиновый             | 6-88             | 200           | 0.20  | 0.04  | 25.73    | 100                        |
| Яблоки свежие                    | 25-48            | 157           | 0.47  |       | 13.50    | 63                         |
| <b>Итого</b>                     | <b>50-00</b>     |               | 2.67  | 1.64  | 68.83    | 311                        |

Зав производством

Васильева И.С.

Экономист по ценам

Некрасова И.Б.

Некрасова И.Б.