

# Меню на 26.05.2026, День 6

КГБОУ "Ачинская школа № 3" (отделение №3)

## Приходящие с 7-11 лет

| ТКК            | Блюда                                                            | Выход  | Стоимость,<br>руб. | Химический состав |        |         |         |
|----------------|------------------------------------------------------------------|--------|--------------------|-------------------|--------|---------|---------|
|                |                                                                  |        |                    | Белки             | Жиры   | Углев.  | Ккал    |
| Завтрак        |                                                                  |        |                    |                   |        |         |         |
| 171            | 1. Суп молочный с макаронными изделиями                          | 200    | 17,44              | 4,658             | 5,038  | 17,797  | 136,937 |
| 379            | 2. Кофейный напиток с молоком                                    | 200    | 8,06               | 1,94              | 1,586  | 10,729  | 65,612  |
| 306            | 3. Яйцо отварное                                                 | 40     | 5,12               | 5,08              | 4,6    | 0,28    | 62,8    |
| 96,97          | 4. Бутерброд с маслом и сыром                                    | 61     | 16,31              | 5,081             | 9,302  | 22,151  | 194,494 |
|                | 5. Апельсин                                                      | 156    | 7,65               | 0,42              | 0,093  | 3,779   | 18,662  |
| Итого:         |                                                                  |        | 54,58              | 17,179            | 20,62  | 54,736  | 478,505 |
| 2й Завтрак     |                                                                  |        |                    |                   |        |         |         |
|                | 1. Сок                                                           | 200    | 8,49               | 1                 | 0,2    | 20,2    | 92      |
| Итого:         |                                                                  |        | 8,49               | 1                 | 0,2    | 20,2    | 92      |
| Обед           |                                                                  |        |                    |                   |        |         |         |
| 101            | 1. Суп "Шахтерский" с мясом 01.03.                               | 235/15 | 27,35              | 6,974             | 5,253  | 15,986  | 139,674 |
| 374            | 2. Жаркое по домашнему 01.03.                                    | 180    | 57,47              | 14,955            | 10,088 | 19,62   | 227,213 |
| 643            | 3. Кисель из кураги                                              | 200    | 4,62               | 0,428             | 0,024  | 19,653  | 80,814  |
|                | 4. Хлеб пшеничный                                                | 44     | 4,04               | 3,18              | 1,215  | 21,773  | 111,847 |
|                | 5. Хлеб ржаной                                                   | 54     | 4,96               | 3,288             | 0,593  | 18,006  | 93,802  |
| Итого:         |                                                                  |        | 98,45              | 28,826            | 17,172 | 95,038  | 653,349 |
| Полдник        |                                                                  |        |                    |                   |        |         |         |
| 535            | 1. Ряженка 2,5%                                                  | 186    | 22,31              | 5,422             | 4,674  | 7,852   | 100,96  |
| 535            | 1. (замена аллергикам) Кисломолочный продукт жидкий сладкий 2,5% | 180    | 21,70              | 5,093             | 4,547  | 7,984   | 91,301  |
|                | 2. Сушки                                                         | 30     | 5,27               | 3,41              | 0,51   | 22,343  | 108,687 |
|                | 3. Апельсин                                                      | 156    | 4,67               | 0,257             | 0,057  | 2,309   | 11,404  |
|                | 1. (замена аллергикам) Груша                                     | 123    | 16,02              | 0,507             | 0,381  | 12,05   | 53,273  |
|                | 2. (замена аллергикам) Мандарин                                  | 115    | 14,91              | 0,783             | 0,196  | 7,341   | 37,193  |
| Итого:         |                                                                  |        | 32,26              | 9,089             | 5,241  | 32,505  | 221,051 |
| Итого за день: |                                                                  |        | 193,78             | 56,094            | 43,233 | 202,478 | 1444,90 |

диетсестра\_\_\_\_\_Кулеева Т. А.

## Приходящие с 12 лет и старше

| ТКК            | Блюда                                          | Выход  | Стоимость,<br>руб. | Химический состав |        |         |         |
|----------------|------------------------------------------------|--------|--------------------|-------------------|--------|---------|---------|
|                |                                                |        |                    | Белки             | Жиры   | Углев.  | Ккал    |
| Завтрак        |                                                |        |                    |                   |        |         |         |
| 71             | 1. Суп молочный с макаронными изделиями        | 200    | 11,26              | 3,774             | 4,343  | 16,408  | 121,144 |
| 379            | 2. Кофейный напиток с молоком                  | 200    | 19,50              | 4,11              | 3,406  | 15,253  | 109,468 |
| 306            | 3. Яйцо отварное                               | 40     | 5,12               | 5,08              | 4,6    | 0,28    | 62,8    |
| 96,97          | 4. Бутерброд с маслом и сыром                  | 82     | 21,15              | 7,071             | 11,685 | 29,524  | 254,126 |
|                | 5. Апельсин                                    | 156    | 7,65               | 0,42              | 0,093  | 3,779   | 18,662  |
| Итого:         |                                                |        | 64,67              | 20,456            | 24,127 | 65,243  | 566,199 |
| 2й Завтрак     |                                                |        |                    |                   |        |         |         |
|                | 1. Сок                                         | 200    | 8,49               | 1                 | 0,2    | 20,2    | 92      |
| Итого:         |                                                |        | 8,49               | 1                 | 0,2    | 20,2    | 92      |
| Обед           |                                                |        |                    |                   |        |         |         |
| 101            | 1. Суп "Шахтерский" с мясом 01.03.             | 235/15 | 27,40              | 6,996             | 5,256  | 16,111  | 140,299 |
| 374            | 2. Жаркое по домашнему 01.03.                  | 200    | 62,72              | 16,355            | 11,382 | 21,985  | 253,608 |
| 643            | 3. Кисель из кураги                            | 200    | 6,19               | 0,588             | 0,033  | 25,385  | 104,575 |
|                | 4. Хлеб пшеничный                              | 59     | 5,40               | 4,255             | 1,626  | 29,138  | 149,68  |
|                | 5. Хлеб ржаной                                 | 78     | 7,26               | 4,813             | 0,868  | 26,356  | 137,302 |
| Итого:         |                                                |        | 108,96             | 33,007            | 19,165 | 118,976 | 785,463 |
| Полдник        |                                                |        |                    |                   |        |         |         |
| 535            | 1. Ряженка 2,5%                                | 207    | 24,74              | 6,013             | 5,183  | 8,708   | 111,96  |
|                | 2. Сушки                                       | 50     | 8,79               | 5,684             | 0,85   | 37,239  | 181,146 |
|                | 3. Груша                                       | 126    | 16,02              | 0,507             | 0,381  | 12,05   | 53,273  |
|                | 1. (замена аллергикам) Яблоко импортное 1 сорт | 69     | 6,94               | 0,28              | 0,28   | 6,859   | 31,495  |
|                | 2. (замена аллергикам) Яблоко                  | 127    | 13,65              | 0,511             | 0,511  | 12,531  | 52,169  |
|                | 3. (замена аллергикам) Мандарин                | 97     | 14,91              | 0,783             | 0,196  | 7,341   | 37,193  |
| Итого:         |                                                |        | 49,55              | 12,204            | 6,414  | 57,996  | 346,378 |
| Итого за день: |                                                |        | 231,67             | 66,667            | 49,907 | 262,416 | 1790,04 |

директор\_\_\_\_\_Шадрина И. Л.