



Директор ООО "Мегаполис"

В.А. Лысенко

"Согласовано"

Директор МБОУ Штейнгардтовская

ООШ

И.В.Толпина



МЕНЮ

для питания детей в каникулярное время в период
летних каникул на базе МБОУ Штейнгардтовская ООШ
"20" июня 2026г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность, ккал.	Цена блюда	№ рецептуры
Завтрак	Омлет натуральный	150	207	54,46	340
	Салат из белокочанной капусты с огурцами и зеленью	60	73,4	23,03	54-63
	Чай с сахаром	200	43,9	3,60	883
	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,5	3,08	
	Йогурт "Фругурт" 2,5% (черника)	1/115	93	45,00	698
Итого за завтрак:		565	521,8	129,17	
Обед	Гарнир из овощей (помидоры, огурцы, зелень)	60	38	24,39	576
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	133,14	21,45	139
	Оладьи рубленые из птицы (натуральные)	90	132,36	73,72	371
	Ризотто	150	140,22	23,93	443
	Соус сметанный с томатом	30	55,83	10,03	601
	Сок фруктовый мультифрукт "Диас" т/п	200	98	35,00	707
	Хлеб пшеничный йодированный	60	146,76	4,62	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	42	2,79	
Итого за обед:		820	786,31	195,93	
Итого за день:		1385	1308,11	325,10	

Повар Матюшарова Р. М.