

МЕНЮ основного (организованного) питания для обучающихся общеобразовательных учреждений г. Мурманска в возрасте 7-11 и 12-18 лет

На «11» «05» 2025 г.

Согласовано:

Директор учебного заведения



Зам. директора по производству
МАУО «ЦШП»
Бурнышева С.А.



3 День

Наименование блюда	с 7 до 11 лет		с 12 до 18 лет	
	Выход блюда, гр.	Калорийность, ккал	Выход блюда, гр.	Калорийность, ккал
Завтрак				
Запеканка из творога с соусом шоколадным	200	477,07	250	548,59
Плоды свежие (груша)	100	47,00	100	47,00
Кофейный напиток с молоком	200	100,70	200	100,70
Обед				
Огурцы соленные	70	9,10	100	10,50
Суп гороховый	200	207,08	250	273,80
Котлета рыбная (тресковых пород), соус сметанный	120	249,97	120	249,97
Картофельное пюре	150	215,10	180	263,35
Хлеб пшеничный	40	93,76	50	117,20
Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	81,60	200	81,60
Полдник				
Ряженка	240	120,00	250	125,00
Гребешок из дрож. теста	60	193,12	100	321,64

МЕНЮ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПИТАНИЯ

«14» «05» «2025»

Согласовано:

Директор учебного заведения



Зам. директора по производству

МАУО «ЦШП»

Бурнышева С.А.



3 День

Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ
КОМПЛЕКСНЫЙ ЗАВТРАК						
Запеканка из творога с соусом шоколадным	220/30					
Плоды свежие (груша)	100					
Кофейный напиток с молоком	200					
		175-00				
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД						
Огурцы соленые	100					
Суп гороховый	250					
Котлета рыбная (тресковых пород) с соусом сметанным	120					
Картофельное пюре	180					
Хлеб пшеничный	50					
Компот из плодов или ягод сушёных (курага)	200					
		280-00				
КОМПЛЕКСНЫЙ ПОЛДНИК						
НАПИТКИ						
ВЫПЕЧКА						
Сосиска в тесте	100	50				
Язычок слоеный	50	40				
Слойка со сгущенкой	75	20				