

Меню МБОУ ЛСТУ 26 июня 2025



"Утверждено"

Директор МБОУ ЛСТУ №2

Попкова Т.Н.

п/п	Раскл.	Наименование блюд	Выход	Цена	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценн. (ккал)
					Б	Ж	У	
Завтрак 1-4 класс								
1	200/12791	Оладьи из кабачков	1/100	31,29	4,70	6,20	18,10	146,00
2	0,04	Соус сметанный	1/30	5,41	0,92	6,38	2,02	69,18
3	91/377,02	Бутерброд с сыром	1/50	30,34	7,14	11,50	10,50	175,00
4	501/287,03	Кофейный напиток с молоком	1/200	18,27	3,20	2,70	15,90	79,00
5	112/50,06	Банан	1/120	27,39	1,80	0,60	25,20	115,20
6	108/299,02	Хлеб пшеничный	1/30	3,29	2,27	0,23	14,75	70,50
		Итого:		115,99				
Завтрак 5-11 класс								
1	200/12791	Оладьи из кабачков	1/150	46,93	7,10	9,30	27,00	219,00
2	0,04	Соус сметанный	1/30	5,41	0,92	6,38	2,02	69,18
3	91/377,02	Бутерброд с сыром	1/50	30,34	7,14	11,50	10,50	175,00
4	501/287,03	Кофейный напиток с молоком	1/200	18,27	3,20	2,70	15,90	79,00
5	112/50,06	Банан	1/120	27,39	1,80	0,60	25,20	115,20
6	108/299,02	Хлеб пшеничный	1/30	3,29	2,27	0,23	14,75	70,50
		Итого:		131,63				
Обед 1-4 класс								
1	15/23,24	Салат из редиса	1/80	21,11	0,88	8,08	2,48	86,40
2	134/56,01	Рассольник Ленинградский	1/200	12,56	2,00	4,00	13,00	97,00
3	229/172,20	Рыба, тушенная в томате с овощами (филе минтая)	1/120	67,96	13,21	6,07	4,56	133,20
4	429/241,15	Рис отварной	1/160	20,58	3,94	6,48	36,06	218,24
5	508/ 283	Компот из смеси сухофруктов	1/200	5,89	0,50	0,00	27,00	110,00
6	109/ 6,06	Хлеб "Новый"	1/32	2,53	2,73	0,28	12,25	49,28
		Итого:		130,63				
Обед 5-11 класс								
1	15/23,24	Салат из редиса	1/110	29,08	1,21	11,11	3,41	118,80
2	134/56,01	Рассольник Ленинградский	1/250	15,70	2,00	4,00	17,00	105,00
3	229/172,20	Рыба, тушенная в томате с овощами (филе минтая)	1/120	56,64	11,00	6,00	5,00	123,00
4	429/241,15	Рис отварной	1/180	23,15	4,50	7,88	46,13	272,25
5	508/ 283	Компот из смеси сухофруктов	1/200	5,89	1,00	0,00	28,00	114,00
6	109/ 6,06	Хлеб "Новый"	1/32	2,53	2,73	0,28	12,25	49,28
7	559/307,05	Булочка Веснушка	1/60	9,18	4,70	3,70	34,20	189,00
		Итого:		142,17				
Полдник								
1	518/ 36	Сок фруктовый 0,2	1 шт	18,00	1,00	0,00	25,40	110,00
2	559/307,05	Булочка Веснушка	1/60	9,18	4,70	3,70	34,20	189,00
		Итого:		27,18				