

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

На «6» «окт» 2026г.



Согласовано:

Директор учебного заведения

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



9 День

Наименование блюда	с 7 до 11 лет		с 12 до 18 лет	
	Выход блюда, гр.	Калорийность, ккал	Выход блюда, гр.	Калорийность, ккал
Завтрак				
Бутерброд с маслом	70	194,56	70	194,56
Макаронные изделия отварные с сыром	200	343,01	250	428,84
Плоды свежие (мандарин)	100	38,00	100	38,00
Чай с сахаром	200	60,40	200	60,40
Обед				
Кукуруза консервированная	80	46,09	100	57,20
Борщ	200	189,48	250	232,39
Картофельная запеканка с мясом	180	474,30	200	502,26
Хлеб пшеничный	40	93,76	50	117,20
Сок фруктовый	200	76,80	200	76,80
Полдник				
Ряженка	200	100,00	200	105,00
Пирожок печеный с рисом и яйцом	100	219,41	150	329,05