

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

На «8» «дека» 2026г.

Согласовано:

Директор учебного заведения

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

1 День

Наименование блюда	с 7 до 11 лет		с 12 до 18 лет	
	Выход блюда, гр.	Калорийность, ккал	Выход блюда, гр.	Калорийность, ккал
Завтрак				
Омлет натуральный	200	454,22	220	499,64
Горошек зеленый	60	24,12	100	40,00
Хлеб пшеничный	40	93,76	50	117,20
Чай с сахаром	200	60,40	200	60,40
Обед				
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	81,90	100	136,57
Суп с макаронными изделиями	200	229,15	250	286,44
Плов из свинины	200	367,42	210	385,84
Хлеб пшеничный	45	105,48	60	140,64
Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	81,60	200	81,60
Полдник				
Кефир	240	120,00	250	125,00
Творожники песочные	60	182,45	100	322,58