

Утверждаю  
Заведующий отделением  
Вараксина Н.В

День 20.01.2026г

Меню МАОУ "Викуловская СОШ №1"-отделение Каргалинская школа-детский сад  
Категория: 12 лет и старше

| Прием пищи | № рец.    | Блюдо                                    | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------|--|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
|            |           |  | 40       | 14,41  | 133,8        | 2,3   | 7,4  | 14,5     |
| Завтрак    | №1-2004   | Бутерброд с маслом                       |          |        | 296,4        | 11,6  | 10,8 | 38,2     |
|            | №260-2021 | Макароны , запечениве с яйцом            | 200      | 22,23  | 185,3        | 3,5   | 3,7  | 34,5     |
|            | №686-2004 | Чай с лимоном                            | 200      | 6,50   | 37,9         | 0,2   | 0,3  | 8,6      |
|            | №458-2006 | Фрукты яблоко"                           | 150      | 31,35  | 38,9         | 1     | 0,3  | 8,1      |
|            | хлеб бел  | Хлеб пшеничный"Свежий"                   | 20       | 1,46   | 40,5         | 0,7   | 0,1  | 9,4      |
|            | хлеб чер  | Хлеб ржаной"Украинский"                  | 20       | 1,52   | 866,6        | 19,3  | 22,6 | 113,3    |
|            | Итого     |  | 630      | 77,47  |              |       |      | 9,8      |
| Обед       |           | Салат картофельный с огурцами солеными   | 100      | 15,13  | 139          | 2,5   | 10   | 12,2     |
|            | №518-2013 | Уха рыбацкая с "красной" рыбой с зеленью | 350      | 97,10  | 167          | 12,9  | 7,4  | 3,4      |
|            | №181-1996 | Гуляш                                    | 100      | 50,20  | 117,5        | 9,1   | 7,5  | 35       |
|            | №437-2004 | Рис припущенный                          | 180      | 14,61  | 196,6        | 4,4   | 4,3  | 20,6     |
|            | №512-2004 | Компот из свежих плодов                  | 200      | 6,88   | 83,2         | 0,2   | 0    | 24,3     |
|            | №585-1996 | Хлеб пшеничный"Свежий"                   | 60       | 4,39   | 116,8        | 3     | 0,8  | 18,8     |
|            | хлеб бел  | Хлеб ржаной"Украинский"                  | 40       | 3,04   | 81           | 1,4   | 0,2  | 124,1    |
|            | хлеб чер  |  | 930      | 191,35 | 901,1        | 33,5  | 30,2 | 35,8     |
|            |           | Итого                                    | 50       | 19,20  | 252          | 7,7   | 8,7  |          |
| Полдник    | №518-2013 | слоба выборская                          |          |        |              |       |      |          |
|            |           |  | 50       | 19,20  | 252          | 7,7   | 8,7  | 35,8     |
|            | Итого     |  |          |        |              |       |      |          |