

ООО "В ДВИЖЕНИИ"

"Согласовано"

Директор  
МБОУ "Лесогорская СОШ"

В.А.Бельшева

М.П.

Меню на  
20 октября 2025, с 12 лет и старше



### ЗАВТРАК

| Наименование                                             | Выход | Цена | Калорий-<br>ность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|----------------------------------------------------------|-------|------|-------------------|-------|-------|----------|
| Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом сливочным | 260   | 62,4 | 389               | 8     | 13    | 83       |
| Напиток из плодов шиповника                              | 200   |      | 77                | 0,68  | 0,218 | 18       |
| Батон пшеничный в/с                                      | 60    |      | 140               | 5     | 0,6   | 28,98    |
| Яйцо вареное                                             | 40    |      | 63                | 5,1   | 4,6   | 0,3      |
| Итого                                                    | 560   |      | 669               | 19    | 18    | 130      |

### ОБЕД

|                                     |     |      |        |      |      |      |
|-------------------------------------|-----|------|--------|------|------|------|
| Салат из соленых огурцов            | 100 |      | 59,8   | 0,87 | 5    | 3    |
| Суп картофельный с бобовыми и курой | 260 |      | 155,42 | 7,6  | 6,6  | 16   |
| Плов из птицы                       | 250 | 85,6 | 471    | 25   | 21   | 45   |
|                                     |     |      |        |      |      |      |
| Компот из смеси сухофруктов         | 200 |      | 94     |      |      | 25   |
| Хлеб пшеничный                      | 20  |      | 47     | 1,58 | 0,2  | 9,66 |
| Хлеб ржано-пшеничный                | 40  |      | 91,96  | 2,24 | 0,44 | 20   |
|                                     |     |      |        |      |      |      |
| Итого                               | 870 | 148  | 919    | 37   | 33   | 119  |

Ответственный за питание:

Зав. Производством:

Калькулятор: