

**МЕНЮ**  
**на 23.06.2026 года**  
**для учащихся 5-11х классов**

| Прием пищи     | Наименование блюда                                               | Масса порции(гр) | ККАЛ   |
|----------------|------------------------------------------------------------------|------------------|--------|
| <b>Завтрак</b> | Каша Дружба                                                      | 250              | 321,3  |
|                | Сыр                                                              | 20               | 71,6   |
|                | Масло сливочное                                                  | 10               | 74,9   |
|                | Кондитерское изделие (Зефир)                                     | 50               | 163    |
|                | Чай                                                              | 200              | 24     |
|                | Хлеб из муки пшеничной                                           | 40               | 104,7  |
|                |                                                                  |                  |        |
| <b>Обед</b>    | Помидор свежий                                                   | 100              | 24     |
|                | Суп картофельный с бобовыми (горох) и гренками на мясном бульоне | 260              | 120,89 |
|                | Гуляш из говядины                                                | 100              | 361,33 |
|                | Макаронные изделия отварные                                      | 180              | 253,2  |
|                | Компот из свежих плодов                                          | 200              | 69,25  |
|                | Хлеб из муки пшеничной                                           | 40               | 104,7  |
|                | Хлеб ржано-пшеничный                                             | 60               | 118,2  |
|                |                                                                  |                  |        |
| <b>Полдник</b> | Булочка калорийная                                               | 100              | 360,0  |
|                | Фрукты свежие (Апельсин)                                         | 200              | 86     |
|                | Сок фруктовый                                                    | 200              | 92     |