

Согласовано: директор школы

от «02» февраля 2026 года

/С.Ю.Голева/



Е-

## МЕНЮ

### 1-4 классы горячие завтраки МБОУ «Еланская СШ №1» День: 12.02.2026

Льготное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
<b>ЗАВТРАК</b>						
390	Котлеты Рыбные "Любительские"	90	11,6	8,3	5,9	119,0
304	Рис отварной	150	3,8	6,8	38,9	219,3
6	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	0,9	4,3	3,8	57,7
639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,4	0,0	20,4	84,3
68	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,6	17,1	90,5
<b>Итого за весь прием пищи:</b>		<b>550</b>	<b>20,00</b>	<b>20,00</b>	<b>86,10</b>	<b>570,80</b>
<b>Полдник</b>						
	КРУАССАНЫ С ШОКОЛАДНОЙ НАЧИНКОЙ	100	5,9	34,1	39,6	492,0
360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,1	0,0	28,2	110,3
<b>Итого за весь прием пищи:</b>		<b>300</b>	<b>6,00</b>	<b>34,10</b>	<b>67,80</b>	<b>602,30</b>

### 12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
<b>ЗАВТРАК</b>						
390	Котлеты Рыбные "Любительские"	100	12,9	9,2	6,5	132,2
304	Рис отварной	180	4,6	8,2	46,7	263,2
6	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	100	1,8	8,6	7,5	115,4
639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,4	0,0	20,4	84,3
68	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,6	17,1	90,5
<b>Итого за весь прием пищи:</b>		<b>630</b>	<b>23,00</b>	<b>26,60</b>	<b>98,20</b>	<b>685,60</b>
<b>Полдник</b>						
	КРУАССАНЫ С ШОКОЛАДНОЙ НАЧИНКОЙ	100	5,9	34,1	39,6	492,0
360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	250	0,1	0,0	28,2	110,3
<b>Итого за весь прием пищи:</b>		<b>350</b>	<b>6,00</b>	<b>34,10</b>	<b>67,80</b>	<b>602,30</b>