

**ООО "АБК-Пэймент"**  
**Меню на 21 апреля 2026 года**  
**столовая МБОУ "СОШ №10" НМР РТ**

1 неделя Вторник

**Дополнительное питание(старшие)**

Каша гречневая молочная вязкая	235	22,11	56,39	396,1	0,06
Напиток из яблок и изюма	200	0,1	19,82	68,12	0,01
Батон	40	1,5	1,16	20,56	104,8
<b>Итого:</b>	<b>475</b>	<b>20,78</b>	<b>23,37</b>	<b>96,77</b>	<b>569,02</b>

**Горячий завтрак(старшие)**

Фрукт(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	
Биточки рыбные из минтая с овощами	75/25	5,58	6,28	20,95	160,2	
Макароны отварные	182	7,24	4,5	40,05	249	
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98	60,1	
Хлеб Дарницкий/Хлеб Пшеничный	30/40	1,98/3,04	0,36/0,32	11,88/19,68	59,4/94	
<b>Итого:</b>	<b>653</b>	<b>141,56</b>	<b>21,41</b>	<b>21,85</b>	<b>99,1</b>	<b>669,7</b>

**Двухразовое меню (младшие)**

**Завтрак**

Фрукт(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша гречневая молочная вязкая	155	11,47	14,42	36,78	356,1
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98	60,1
Батон	45	3,37	1,3	23,13	117,9
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>18,41</b>	<b>18,8</b>	<b>79,69</b>	<b>581,1</b>

**Обед**

Рассольник ленинградский со сметаной	210	11,9	16,52	23,56	299,25	
Биточки рыбные из минтая с овощами	75/25	5,58	6,28	20,95	160,2	
Макароны отварные	153	5,68	2,88	31,96	176,1	
Напиток из яблок и изюма	200	0,2	0,1	19,82	68,12	
Хлеб дарницкий	40	2,64	0,48	15,84	79,2	
<b>Итого:</b>	<b>703</b>	<b>139,01</b>	<b>26</b>	<b>26,26</b>	<b>112,13</b>	<b>782,87</b>

**Горячий завтрак (младшие)**

Бутерброд с маслом слив.	40	2,36	7,49	14,89	136	
Биточки рыбные из минтая с овощами	75/25	5,58	6,28	20,95	160,2	
Макароны отварные	153	5,68	2,88	31,96	176,1	
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98	60,1	
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
<b>Итого:</b>	<b>513</b>	<b>92,89</b>	<b>18,31</b>	<b>19,49</b>	<b>87,62</b>	<b>579,4</b>

**Горячий завтрак(старшие)**

Фрукт(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	
Биточки рыбные из минтая с овощами	75/25	5,58	6,28	20,95	160,2	
Макароны отварные	182	7,24	4,9	40,05	249	
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	9,98	60,1	
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,36	11,88	59,4	
<b>Итого:</b>	<b>652</b>	<b>93,71</b>	<b>21,41</b>	<b>21,85</b>	<b>99,1</b>	<b>669,7</b>



**Директор**

А. И. Бликин

**Шеф повар**

Г. Р. Муллахметова