



Утверждаю  
Директор МОУ «Терновская СШ»  
Нагорная Е.В.

**МЕНЮ**  
**на 06.10.2025 год**

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                              | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|------------------------------------|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 291    | Гречка по-купечески с куриным филе | 150      |      | 377,00       | 20,30 | 17,00 | 35,69    |
|            | закуска     | 70/71  | Овощи                              | 60       |      | 14,4         | 0,66  | 0,12  | 2,28     |
|            | гор.напиток | 461    | Чай с сахаром каркаде              | 200      |      | 56,00        | 0,00  | 0,00  | 14,00    |
|            | хлеб        |        | Хлеб пшеничный                     | 50       |      | 117,50       | 3,95  | 0,50  | 24,15    |
|            | фрукты      | 338    | Яблоко                             | 150      |      | 66           | 0,6   | 0,6   | 14,7     |