

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



## МЕНЮ

на 10.03.2026 год

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                  | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|----------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 168    | Лапшевник с творогом с соусом молочным | 250      |        | 364,2        | 16,90 | 15,80 | 46,50    |
|            | закуска     |        |                                        |          |        |              |       |       |          |
|            | гор.напиток | 376а   | Чай с сахаром каркаде                  | 200      |        | 58           | 0,18  | 0,00  | 15,00    |
|            | хлеб        | 3      | Бутерброд с маслом и сыром             | 50       |        | 149,85       | 6,70  | 6,30  | 17,10    |
|            | фрукты      |        |                                        |          |        |              |       |       |          |
|            | хлеб        | 6      | Хлеб пшеничный                         | 50       |        | 118,33       | 3,95  | 0,5   | 21,15    |
|            |             |        |                                        |          | 136,74 |              |       |       |          |