

Утверждаю
И.О. Директора МБОУ СОШ с.Зеркальное
И.Ю.Сергеева



День 01.04.2024

Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

Ежедневное меню для учащихся 1-4 классов

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Мол.продукт	46	Пастеризованное молоко.	200	20,60	105,8	5,0	6,0	9,2
		51	Салат из морской капусты с луком.	60	13,55	64,0	1,13	4,56	4,09
	Гор. блюдо	24	Плов с мясом.	150	47,28	226,2	10,05	7,5	28,95
	Гор.напиток	40	Кофейный напиток.	200	12,58	145,34	4,58	5,04	21,05
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,15	66,0	2,28	0,63	12,78
	Фрукт	86	Яблоко	100	16,00	47,0	0,4	0,4	9,8
		ИТОГО				112,16	654,34	23,44	24,13

Утверждаю
И.О. Директора МБОУ СОШ с.Зеркальное
И.Ю.Сергеева



День 01.04.2024

Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

Ежедневное меню для учащихся 5-11 классов из малообеспеченных, многодетных семей.

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
		51	Салат из морской капусты с луком.	100	22,61	106,6	1,8	7,6	6,81
	Гор. блюдо	24	Плов с мясом.	180	56,60	351,6	13,4	10,0	38,6
	Гор.напиток	41	Какао с молоком.	200	13,63	80,0	3,0	3,6	13,7
	Фрукт	87	Груша	100	22,00	47,0	0,4	0,3	10,3
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,15	66,0	2,28	0,63	12,78
	ИТОГО				116,99	651,2	20,88	22,13	82,19