

Утверждаю
И.О. Директора МБОУ СОШ с.Зеркальное
Л.Ю.Сергеева
День 03.10.2023

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	19,00	105,8	5,0	6,0	9,2
		53	Икра кабачковая (промышленного производства).	60	14,18	46,80	0,72	2,83	4,63
	Гор. блюдо	27	Макаронные изделия отварн.	150	8,54	168,45	5,52	4,52	26,45
		79	Котлеты по - деревенски (полуфабрикат).	90	34,56	106,2	4,22	3,37	13,99
		66	Соус красный основной.	30	6,05	47,34	0,77	2,24	6,09
	Гор.напиток	44	Чай.	200	1,99	56,85	0,08	0,01	10,69
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	1,95	66,0	2,28	0,63	12,78
		74	Сыр (порциями).	15	10,27	54,60	3,48	4,43	0,00
	ИТОГО				96,54	546,24	17,07	18,03	74,63

Утверждаю
И.О. Директора МБОУ СОШ с.Зеркальное
Л.Ю.Сергеева
День 03.10.2023

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
Завтрак		53	Икра кабачковая (пром. производства).	100	23,40	62,4	0,96	3,77	6,17
	Гор. блюдо	27	Макаронные изделия отварные.	180	10,22	202,14	6,62	5,42	31,73
		79	Котлеты по - деревенски (полуфабрикат).	100	38,40	118,0	4,69	3,74	15,54
		66	Соус красный основной.	30	6,05	47,34	0,77	2,24	6,09
	Гор.напиток	44	Чай.	200	1,99	56,85	0,08	0,01	10,69
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	1,95	66,0	2,28	0,63	12,78
		74	Сыр (порциями).	15	10,27	54,60	3,48	4,43	0,00
		ИТОГО				92,28	607,33	18,88	20,24