

Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ с.Зеркальное
 Л.Ю.Сергеева
 День 03.12.2024

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 | 22,40 | 105,8 | 5,0 | 6,0 | 9,2 |
| | | 53 | Икра кабачковая (промышленного производства). | 60 | 13,99 | 46,80 | 0,72 | 2,83 | 4,63 |
| | Гор. блюдо | 27 | Макаронные изделия отварн. | 150 | 11,02 | 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 | 7,74 | 47,34 | 0,77 | 2,24 | 6,09 |
| | Гор.напиток | 44 | Чай. | 200 | 1,83 | 56,85 | 0,08 | 0,01 | 10,69 |
| | Хлеб | 69 | Хлеб пшеничный. | 30 | 2,50 | 66,0 | 2,28 | 0,63 | 12,78 |
| | | 74 | Сыр (порциями). | 15 | 11,86 | 54,60 | 3,48 | 4,43 | 0,00 |
| | ИТОГО | | | | 105,90 | 546,24 | 17,07 | 18,03 | 74,63 |

Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ с.Зеркальное
 Л.Ю.Сергеева
 День 03.12.2024

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 | 23,09 | 62,4 | 0,96 | 3,77 | 6,17 |
| | Гор. блюдо | 27 | Макаронные изделия отварные. | 180 | 13,19 | 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 | 7,74 | 47,34 | 0,77 | 2,24 | 6,09 |
| | Гор.напиток | 44 | Чай. | 200 | 1,83 | 56,85 | 0,08 | 0,01 | 10,69 |
| | Хлеб | 69 | Хлеб пшеничный. | 30 | 2,50 | 66,0 | 2,28 | 0,63 | 12,78 |
| | | 74 | Сыр (порциями). | 15 | 11,86 | 54,60 | 3,48 | 4,43 | 0,00 |
| | | ИТОГО | | | | 98,61 | 607,33 | 18,88 | 20,24 |