

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



День 06.05.2024

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	21,40	105,8	5,0	6,0	9,2
	Гор. блюдо	30	Жаркое по-домашнему	200	40,82	256,79	8,7	14,4	21,15
	Гор.напиток	42	Фруктовый (персиковый)	200	21,26	117,08	0,9	0	17,3
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,15	66,0	2,28	0,63	12,78
		70	Печенье.	20	4,26	94,0	4,1	2,3	13,2
		85	Банан	100	16,50	94,5	1,5	0,5	21,0
	ИТОГО				106,39	639,67	20,98	23,33	73,63

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



День 06.05.2024

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
	Гор. блюдо	30	Жаркое по-домашнему	250	51,41	310,99	10,88	18,02	26,43
	Гор.напиток	42	Фруктовый (персиковый)	200	21,26	117,08	0,9	0	17,3
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,15	66,0	2,28	0,63	12,78
		85	Банан	100	16,50	94,5	1,5	0,5	21,0
		70	Печенье.	20	4,26	94,0	4,1	2,3	13,2
		ИТОГО				95,58	682,57	19,66	21,45