

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



Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

День 09.10.2023

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
	Гор. блюдо	30	Жаркое по-домашнему	200	43,21	256,79	8,7	14,4	21,15
	Гор.напиток	42	Фруктовый (персиковый)	200	18,00	117,08	0,9	0	17,3
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	1,95	66,0	2,28	0,63	12,78
		70	Печенье.	20	5,56	94,0	4,1	2,3	13,2
		85	Банан	100	17,00	94,5	1,5	0,5	21,0
	ИТОГО					<b>104,72</b>	<b>639,67</b>	<b>20,98</b>	<b>23,33</b>

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



Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

День 09.10.2023

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	54,38	310,99	10,88	18,02	26,43
	Гор.напиток	42	Фруктовый (персиковый)	200	18,00	117,08	0,9	0	17,3
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	1,95	66,0	2,28	0,63	12,78
		85	Банан	100	17,00	94,5	1,5	0,5	21,0
		70	Печенье.	20	5,56	94,0	4,1	2,3	13,2
	ИТОГО					<b>96,89</b>	<b>682,57</b>	<b>19,66</b>	<b>21,45</b>