

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



Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

День 11.01.2024

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	19,40	105,8	5,0	6,0	9,2
		60	Салат картофельный с огурцами солеными.	60	7,28	59,26	1,03	3,16	6,54
	Гор. блюдо	23	Каша гречневая рассыпчатая.	150	9,08	206,0	3,6	4,6	37,7
		88	Тефтели (полуфабрикат).	90	34,38	120,42	8,37	6,11	8,12
		66	Соус красный основной.	30	6,27	47,34	0,77	2,24	6,09
	Гор.напиток	44	Чай.	200	1,72	56,85	0,08	0,01	10,69
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,0	66,0	2,28	0,63	12,78
	ИТОГО				80,13	555,87	16,13	16,75	81,92

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



Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

День 11.01.2024

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

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		60	Салат картофельный с огурцами солеными.	100	12,05	98,77	1,72	5,27	10,9
	Гор. блюдо	23	Каша гречневая рассыпчатая.	180	10,86	247,29	4,32	5,52	45,24
		88	Тефтели (полуфабрикат).	100	38,20	127,06	9,32	6,79	9,02
		66	Соус красный основной.	30	6,27	47,34	0,77	2,24	6,09
	Гор.напиток	44	Чай.	200	1,72	56,85	0,08	0,01	10,69
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,0	66,0	2,28	0,63	12,78
		ИТОГО				71,10	643,31	18,49	20,46