

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



День 11.10.2024

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	8,0	6,0	9,2
	Гор. блюдо	30	Жаркое по-домашнему	200	38,38	256,79	8,7	14,4	21,15
	Гор.напиток	42	Фруктовый (персиковый)	200	21,68	117,08	0,9	0	17,3
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	66,0	2,28	0,63	12,78
		70	Печенье.	20	4,48	94,0	4,1	2,3	13,2
		88(1)	Мандарины	100	20,00	35,0	0,8	0,2	7,5
	ИТОГО				108,44	674,67	21,78	23,53	81,13



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

День 11.10.2024

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	48,43	310,99	10,88	18,02	26,43
	Гор.напиток	42	Фруктовый (персиковый)	200	21,68	117,08	0,9	0	17,3
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	66,0	2,28	0,63	12,78
		88(1)	Мандарины	100	20,00	35,0	0,8	0,2	7,5
		70	Печенье.	20	4,48	94,0	4,1	2,3	13,2
	ИТОГО				97,09	623,07	18,96	21,15	77,21