

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

Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

День 13.01.2025

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	22,60	105,8	5,0	6,0	9,2
	Гор. блюдо	14	Суп молочн. с манной крупой.	250	24,42	165,25	6,51	6,35	20,53
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	66,0	2,28	0,63	12,78
		74	Сыр (порциями).	20	15,51	72,80	4,64	5,90	0,00
	Фрукт	85	Банан	100	19,50	94,5	1,5	0,5	21,0
	Гор.напиток	45	Чай с лимоном	200	6,95	61,56	0,16	0,1	14,92
		70	Печенье.	20	4,10	94,0	4,1	2,3	13,2
	ИТОГО				<b>95,58</b>	<b>554,11</b>	<b>19,19</b>	<b>15,78</b>	<b>82,43</b>

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

Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

День 13.01.2025

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	14	Суп молочный с манной крупой.	250	24,42	165,25	6,51	6,35	20,53
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	66,0	2,28	0,63	12,78
		74	Сыр (порциями).	20	15,51	72,80	4,64	5,90	0,00
		85	Банан	100	19,50	94,5	1,5	0,5	21,0
	Гор.напиток	45	Чай с лимоном	200	6,95	61,56	0,16	0,1	14,92
		70	Печенье.	30	6,15	141,0	6,15	6,45	19,8
		ИТОГО				<b>75,03</b>	<b>601,11</b>	<b>21,24</b>	<b>19,93</b>

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



День 13.01.2025

Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

Ежедневное меню для учащихся ОВЗ

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Гор. блюдо	14	Суп молочный с манной крупой.	250	24,42	165,25	6,51	6,35	20,53
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	66,0	2,28	0,63	12,78
		74	Сыр (порциями).	20	15,51	72,80	4,64	5,90	0,00
	Фрукт	85	Банан	100	19,50	94,5	1,5	0,5	21,0
	Гор.напиток	45	Чай с лимоном	200	6,95	61,56	0,16	0,1	14,92
		70	Печенье.	30	6,15	141,0	6,15	6,45	19,8
	Гор. блюдо	10	Борщ с курицей.	250	17,67	136,3	8,04	6,39	6,98
		53	Икра кабачковая (пром. производства).	100	14,62	62,4	0,96	3,77	6,17
		27	Макаронные изделия отварные.	180	11,02	202,14	6,62	5,42	31,73
	Гор.напиток	44	Чай.	200	1,91	56,85	0,08	0,01	10,69
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	66,0	2,28	0,63	12,78
	<b>ИТОГО</b>				<b>122,75</b>	<b>1124,8</b>	<b>39,22</b>	<b>36,15</b>	<b>157,38</b>