

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



День 13.03.2025

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	24,60	105,8	5,0	6,0	9,2
	Гор. блюдо	21	Пюре картофельное.	150	22,02	137,25	3,06	4,80	20,45
		89	Голубцы ленивые (полуфабрикат) с соусом красным основным.	120	33,35	202,24	9,07	12,34	13,59
	Гор.напиток	47	Кисель из концентрата плодового или ягодного.	200	6,85	121,52	1,36	0	29,02
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	66,0	2,28	0,63	12,78
	ИТОГО				89,32	632,81	20,77	23,77	85,04

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



День 13.03.2025

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	21	Пюре картофельное.	180	26,50	164,70	3,67	5,76	24,53
		89	Голубцы лен. (полуфаб.) с соусом кр. осн.	120	33,35	202,24	9,07	12,34	13,59
	Гор.напиток	47	Кисель из концен. плодов. или ягодного.	200	6,85	121,52	1,36	0	29,02
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	66,0	2,28	0,63	12,78
		70	Печенье.	20	4,80	94,0	4,1	2,3	13,2
	ИТОГО				74,00	648,46	20,48	21,03	93,12



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

День 13.03.2025

Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

Ежедневное меню для учащихся ОВЗ

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Гор. блюдо	17	Суп молочный с вермишелью.	250	27,62	143,5	6,4	5,3	22
	Гор.напиток	42	Фруктовый сок (яблочный)	200	23,79	51,0	1,12	0,11	15,68
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	69,9	2,28	0,18	15,69
	Гор. блюдо	11	Свекольник с курицей.	250	17,29	146,41	8,86	6,34	12,93
		21	Пюре картофельное.	180	26,50	164,70	3,67	5,76	24,53
		89	Голубцы лен. (полуфаб.) с соусом кр. осн.	120	33,35	202,24	9,07	12,34	13,59
	Гор.напиток	47	Кисель из концентрата плодового или ягодного.	200	6,85	121,52	1,36	0	29,02
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	69,9	2,28	0,18	15,69
	ИТОГО				140,40	969,17	35,04	30,21	149,13