

Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ с.Зеркальное
 Л.Ю.Сергеева
 День 15.10.2024

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	21,40	105,8	5,0	6,0	9,2
		53	Икра кабачковая (промышленного производства).	60	11,47	46,80	0,72	2,83	4,63
	Гор. блюдо	27	Макаронные изделия отварн.	150	10,19	168,45	5,52	4,52	26,45
		79	Котлеты по - деревенски (полуфабрикат).	90	34,56	106,2	4,22	3,37	13,99
		66	Соус красный основной.	30	7,00	47,34	0,77	2,24	6,09
	Гор.напиток	44	Чай.	200	1,87	56,85	0,08	0,01	10,69
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	66,0	2,28	0,63	12,78
		74	Сыр (порциями).	15	14,43	54,60	3,48	4,43	0,00
		ИТОГО				103,42	546,24	17,07	18,03

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ с.Зеркальное
 Л.Ю.Сергеева
 День 15.10.2024

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
Завтрак		53	Икра кабачковая (пром. производства).	100	18,93	62,4	0,96	3,77	6,17
	Гор. блюдо	27	Макаронные изделия отварные.	180	12,20	202,14	6,62	5,42	31,73
		79	Котлеты по - деревенски (полуфабрикат).	100	38,40	118,0	4,69	3,74	15,54
		66	Соус красный основной.	30	7,00	47,34	0,77	2,24	6,09
	Гор.напиток	44	Чай.	200	1,87	56,85	0,08	0,01	10,69
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	66,0	2,28	0,63	12,78
		74	Сыр (порциями).	15	14,43	54,60	3,48	4,43	0,00
		ИТОГО				95,33	607,33	18,88	20,24