

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ с. Зеркальное
 Л.Ю. Сергеева
 День 17.03.2025



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	14	Суп молочн. с манной крупой.	250	26,17	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	16,54	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	7,45	61,56	0,16	0,1	14,92
		70	Печенье.	20	4,80	94,0	4,1	2,3	13,2
	ИТОГО				101,56	554,11	19,19	15,78	82,43

Утверждаю
 И.О. Директора МБОУ СОШ с.Зеркальное
 Л.Ю. Сергеева
 День 17.03.2025



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	14	Суп молочный с манной крупой.	250	26,17	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	16,54	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	7,45	61,56	0,16	0,1	14,92
		70	Печенье.	30	7,20	141,0	6,15	6,45	19,8
	ИТОГО				79,36	601,11	21,24	19,93	89,03

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

День 17.03.2025

Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

Ежедневное меню для учащихся ОВЗ

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Гор. блюдо	14	Суп молочный с манной крупой.	250	26,17	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	16,54	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	7,45	61,56	0,16	0,1	14,92
		70	Печенье.	30	7,20	141,0	6,15	6,45	19,8
	Гор. блюдо	10	Борщ с курицей.	250	18,78	136,3	8,04	6,39	6,98
		53	Икра кабачковая (пром. производства).	100	24,13	62,4	0,96	3,77	6,17
		27	Макаронные изделия отварные.	180	13,33	202,14	6,62	5,42	31,73
	Гор.напиток	44	Чай.	200	2,01	56,85	0,08	0,01	10,69
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	66,0	2,28	0,63	12,78
	ИТОГО				140,11	1124,8	39,22	36,15	157,38