

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



Утверждаю
Л.Ю.Сергеева

День 18.03.2024

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	19,40	105,8	5,0	6,0	9,2
	Гор. блюдо	30	Жаркое по-домашнему	200	44,19	256,79	8,7	14,4	21,15
	Гор.напиток	42	Фруктовый (персиковый)	200	21,05	117,08	0,9	0	17,3
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,00	66,0	2,28	0,63	12,78
		70	Печенье.	20	4,06	94,0	4,1	2,3	13,2
		88(1)	Мандарины	100	15,00	35,0	0,8	0,2	7,5
		ИТОГО				105,70	674,67	21,78	23,53

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



Утверждаю
Л.Ю.Сергеева

День 18.03.2024

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	55,62	310,99	10,88	18,02	26,43
	Гор.напиток	42	Фруктовый (персиковый)	200	21,05	117,08	0,9	0	17,3
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,00	66,0	2,28	0,63	12,78
		88(1)	Мандарины	100	15,00	35,0	0,8	0,2	7,5
		70	Печенье.	20	4,06	94,0	4,1	2,3	13,2
		ИТОГО				97,73	623,07	18,96	21,15