

Утверждаю
И.О. Директора МБОУ СОШ с.Зеркальное
Л.Ю.Сергева



День 18.12.2023

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	45,60	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	1,95	66,0	2,28	0,63	12,78
		70	Печенье.	20	5,71	94,0	4,1	2,3	13,2
		88(1)	Мандарины	100	13,00	35,0	0,8	0,2	7,5
	ИТОГО				106,71	674,67	21,78	23,53	81,13

Утверждаю
И.О. Директора МБОУ СОШ с.Зеркальное
Л.Ю.Сергева



День 18.12.2023

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	57,37	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	1,95	66,0	2,28	0,63	12,78
		88(1)	Мандарины	100	13,00	35,0	0,8	0,2	7,5
		70	Печенье.	20	5,71	94,0	4,1	2,3	13,2
		ИТОГО				99,08	623,07	18,96	21,15