

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



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	22,60	105,8	5,0	6,0	9,2
	Гор. блюдо	18	Каша пшённая молочная жидкая.	200	22,30	354,5	9,6	11,7	44,7
	Гор.напиток	41	Какао с молоком.	200	14,81	80,0	3,0	3,6	13,7
	Фрукт	87	Груша	100	28,00	56,4	0,48	0,36	12,36
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	77,0	2,66	0,73	14,91
	ИТОГО					90,21	567,9	15,74	16,39

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



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	18	Каша пшённая молочная жидкая.	250	27,90	354,5	9,6	11,7	44,7	
	Гор.напиток	41	Какао с молоком.	200	14,81	80,0	3,0	3,6	13,7	
	Фрукт	87	Груша	100	28,00	47,0	0,4	0,3	10,3	
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	66,0	2,28	0,63	12,78	
			70	Печенье.	20	4,10	94,0	4,1	2,3	13,2
	ИТОГО					77,31	650,9	19,38	18,53	94,68

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



Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

Ежедневное меню для учащихся ОВЗ

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Гор. блюдо	18	Каша пшённая молочная жидкая.	250	27,90	354,5	9,6	11,7	44,7
	Гор.напиток	41	Какао с молоком.	200	14,81	80,0	3,0	3,6	13,7
	Фрукт	87	Груша	100	28,00	47,0	0,3	0,4	0,3
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	66,0	2,28	0,63	12,78
	Гор.напиток	70	Печенье.	20	4,10	94,0	4,1	2,3	13,2
	Гор. блюдо	12	Суп гречневый с курицей.	250	12,28	134,29	4,7	4,63	19,32
		21	Пюре картофельное.	180	26,17	164,70	3,67	5,76	24,53
	Гор.напиток	44	Чай.	200	1,91	17,0	0	0	4,6
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	69,9	2,28	0,18	15,69
	ИТОГО				120,17	1027,39	29,93	29,2	148,82