

Утверждаю
И.О. Директора 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	19,40	105,8	5,0	6,0	9,2
	Гор. блюдо	27	Макаронные изделия отварные.	180	8,70	202,14	6,62	5,42	31,73
		36	Птица отварная.	90	27,88	164,62	6,72	9,74	13,11
	Гор.напиток	41	Какао с молоком.	200	11,79	80,0	3,0	3,6	13,7
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,00	66,0	2,28	0,63	12,78
		87	Груша	100	23,00	47,0	0,3	0,4	0,3
		ИТОГО				92,77	618,56	23,62	25,39

Утверждаю
И.О. Директора 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	27	Макаронные изделия отварные.	180	10,42	202,14	6,62	5,42	31,73
		36	Птица отварная.	100	31,99	182,69	7,47	8,3	14,57
	Гор.напиток	41	Какао с молоком.	200	11,79	80,0	3,0	3,6	13,7
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	40	2,67	88,0	3,04	0,84	17,04
		85	Банан	100	17,00	35,0	0,8	0,24	7,5
		ИТОГО				73,87	587,83	20,93	18,4