

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ с.Зеркальное
 Л.Ю.Сергеева
 День 24.10.2024

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	21,40	105,8	5,0	6,0	9,2
	Гор. блюдо	21	Пюре картофельное.	150	19,72	137,25	3,06	4,80	20,45
		89	Голубцы ленивые (полуфабрикат) с соусом красным основным.	120	30,12	202,24	9,07	12,34	13,59
	Гор.напиток	47	Кисель из концентрата плодового или ягодного.	200	6,94	121,52	1,36	0	29,02
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	66,0	2,28	0,63	12,78
		ИТОГО				80,68	632,81	20,77	23,77

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ с.Зеркальное
 Л.Ю.Сергеева
 День 24.10.2024

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	21	Пюре картофельное.	180	23,72	164,70	3,67	5,76	24,53
		89	Голубцы лен. (полуфаб.) с соусом кр. осн.	120	30,12	202,24	9,07	12,34	13,59
	Гор.напиток	47	Кисель из концен. плодов. или ягодного.	200	6,94	121,52	1,36	0	29,02
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	66,0	2,28	0,63	12,78
		70	Печенье.	20	4,48	94,0	4,1	2,3	13,2
		ИТОГО				67,76	648,46	20,48	21,03