

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



Утверждаю
 День 27.05.2024

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
		51	Салат из морской капусты с луком.	60	13,54	64,0	1,13	4,56	4,09
	Гор. блюдо	24	Плов с мясом.	150	48,17	226,2	10,05	7,5	28,95
	Гор.напиток	40	Кофейный напиток.	200	13,14	145,34	4,58	5,04	21,05
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,15	66,0	2,28	0,63	12,78
	Фрукт	86	Яблоко	100	16,00	47,0	0,4	0,4	9,8
		ИТОГО				114,40	654,34	23,44	24,13

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



Утверждаю
 День 27.05.2024

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	
		51	Салат из морской капусты с луком.	100	22,60	106,6	1,8	7,6	6,81	
	Гор. блюдо	24	Плов с мясом.	180	57,67	351,6	13,4	10,0	38,6	
	Гор.напиток	41	Какао с молоком.	200	13,14	80,0	3,0	3,6	13,7	
	Фрукт	87	Груша	100	22,00	47,0	0,4	0,3	10,3	
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,15	66,0	2,28	0,63	12,78	
		ИТОГО				117,56	651,2	20,88	22,13	82,19