



Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

Утверждаю
и.о. Директора МБОУ СОШ с.Зеркальное
Т.В.Осадчая

День 29.09.2022

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	17,80	105,8	5,0	6,0	9,2
		60	Салат картофельный с огурцами солеными.	60	4,26	59,26	1,03	3,16	6,54
	Гор. блюдо	27	Макаронные изделия отварные	150	8,58	168,45	5,52	4,52	26,45
		36	Птица отварная.	80	19,87	129,91	9,36	7,28	2,46
	Гор. напиток	44	Чай.	200	1,92	56,85	0,08	0,01	10,69
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	1,95	69,9	2,28	0,18	15,69
	Фрукт	86	Яблоко	100	15,5	67,1	0,8	5,5	4,3
		ИТОГО				69,88	657,27	24,07	26,65

Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

Утверждаю
и.о. Директора МБОУ СОШ с.Зеркальное
Т.В.Осадчая

День 29.09.2022

Ежедневное меню для учащихся 5-11 классов из малообеспеченных, многодетных семей.

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		60	Салат картофельный с огурцами солеными.	100	7,01	98,77	1,72	5,27	10,9
	Гор. блюдо	27	Макаронные изделия отварные	180	10,26	202,14	6,62	5,42	31,73
		36	Птица отварная.	100	25,74	162,39	11,7	11,6	3,08
	Гор. напиток	44	Чай.	200	1,92	56,85	0,08	0,01	10,69
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	1,95	69,9	2,28	0,18	15,69
	Фрукт	86	Яблоко	100	15,5	67,1	0,8	5,5	4,3
		ИТОГО				62,38	657,15	23,2	27,98