

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



День 29.12.2023

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 | 14 | Суп молочн. с манной крупой. | 250 | 20,38 | 165,25 | 6,51 | 6,35 | 20,53 |
| | Хлеб | 69 | Хлеб пшеничный. | 30 | 1,95 | 66,0 | 2,28 | 0,63 | 12,78 |
| | | 74 | Сыр (порциями). | 20 | 13,14 | 72,80 | 4,64 | 5,90 | 0,00 |
| | Фрукт | 85 | Банан | 100 | 17,00 | 94,5 | 1,5 | 0,5 | 21,0 |
| | Гор.напиток | 45 | Чай с лимоном | 200 | 6,40 | 61,56 | 0,16 | 0,1 | 14,92 |
| | | 70 | Печенье. | 20 | 5,71 | 94,0 | 4,1 | 2,3 | 13,2 |
| | ИТОГО | | | | 83,98 | 554,11 | 19,19 | 15,78 | 82,43 |

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



День 29.12.2023

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 | 14 | Суп молочный с манной крупой. | 250 | 20,38 | 165,25 | 6,51 | 6,35 | 20,53 |
| | Хлеб | 69 | Хлеб пшеничный. | 30 | 1,95 | 66,0 | 2,28 | 0,63 | 12,78 |
| | | 74 | Сыр (порциями). | 20 | 13,14 | 72,80 | 4,64 | 5,90 | 0,00 |
| | | 85 | Банан | 100 | 17,00 | 94,5 | 1,5 | 0,5 | 21,0 |
| | Гор.напиток | 45 | Чай с лимоном | 200 | 6,40 | 61,56 | 0,16 | 0,1 | 14,92 |
| | | 70 | Печенье. | 30 | 8,57 | 141,0 | 6,15 | 6,45 | 19,8 |
| | | ИТОГО | | | | 67,44 | 601,11 | 21,24 | 19,93 |