



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	17,80	105,8	5,0	6,0	9,2
		53	Икра кабачковая (промышленного производства).	60	11,03	46,80	0,72	2,83	4,63
	Гор. блюдо	27	Макаронные изделия отварные.	150	9,05	168,45	5,52	4,52	26,45
		79	Котлеты по - деревенски (полуфабрикат).	90	30,96	106,2	4,22	3,37	13,99
	Гор.напиток	66	Соус красный основной.	30	5,95	47,34	0,77	2,24	6,09
		44	Чай.	200	1,92	56,85	0,08	0,01	10,69
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	1,95	66,0	2,28	0,63	12,78
		74	Сыр (порциями).	15	10,08	54,60	3,48	4,43	0,00
	ИТОГО				88,74	652,04	22,07	24,03	83,83



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
Завтрак		53	Икра кабачковая (пром. производства).	100	18,20	62,4	0,96	3,77	6,17
	Гор. блюдо	27	Макаронные изделия отварные.	180	10,74	202,14	6,62	5,42	31,73
		79	Котлеты по - деревенски (полуфабрикат).	100	34,40	118,0	4,69	3,74	15,54
	Гор.напиток	66	Соус красный основной.	30	5,95	47,34	0,77	2,24	6,09
		44	Чай.	200	1,92	56,85	0,08	0,01	10,69
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	1,95	66,0	2,28	0,63	12,78
		74	Сыр (порциями).	15	10,08	54,60	3,48	4,43	0,00
	ИТОГО				83,24	607,33	18,88	20,24	83