

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



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
	Гор. блюдо	64	Овощи натуральные свежие.	60	6,52	25,2	1,2	0,48	2,76
		27	Макаронные изделия отварные.	150	9,05	168,45	5,52	4,52	26,45
	Гор. напиток	36	Птица отварная.	90	24,86	164,62	6,72	9,74	13,11
	Хлеб	41	Какао с молоком.	200	10,84	80,0	3,0	3,6	13,7
	ИТОГО	69	Хлеб пшеничный.	30	1,95	66,0	2,28	0,63	12,78
					71,02	504,27	18,72	18,97	68,8

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



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		64	Овощи натуральные свежие.	100	11,03	42,0	2,0	0,8	4,6
		27	Макаронные изделия отварные.	180	10,74	202,14	6,62	5,42	31,73
	Гор. напиток	36	Птица отварная.	100	28,69	182,69	7,47	8,3	14,57
	Хлеб	41	Какао с молоком.	200	10,84	80,0	3,0	3,6	13,7
		ИТОГО	69	Хлеб пшеничный.	30	1,95	66,0	2,28	0,63
					63,25	572,83	21,37	18,75	77,38