

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

День 21.10.2022

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	58	Винегрет овощной.	60	6,71	76,17	0,76	6,12	4,4
		23	Каша гречневая рассыпчатая.	150	11,95	206,0	3,6	4,6	37,7
	Гор.напиток	88	Ёжики по домашнему	90	32,58	120,42	8,37	6,11	8,12
		66	Соус красный основной.	30	5,95	47,34	0,77	2,24	6,09
	Хлеб	Гор.напиток	44	Чай.	200	1,92	56,85	0,08	0,01
ИТОГО		88(1)	Мандарины	100	12,00	35,0	0,8	0,2	7,5
		69	Хлеб пшеничный.	30	1,95	66,0	2,28	0,63	12,78
					90,86	713,58	21,66	25,91	96,48

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

День 21.10.2022

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	Гор. блюдо	58	Винегрет овощной.	100	11,06	126,95	1,26	10,2	7,3
		23	Каша гречневая рассыпчатая.	180	14,28	247,29	4,32	5,52	45,24
	Гор.напиток	88	Ёжики по домашнему (полуфабрикат).	100	36,20	127,06	9,32	6,79	9,02
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	
88(1)		Мандарины	100	12,00	35,0	0,8	0,2	7,5	
Хлеб	ИТОГО	69	Хлеб пшеничный.	30	1,95	66,0	2,28	0,63	12,78
					83,36	706,49	18,83	25,59	98,62