

Утверждаю: И.О. Директора школы
И.И. Кузнецова

меню школьника на 23 января 2025г.

пищевая ценность				Выход гр.	Наименование блюда	Стоимость питания
белки	жиры	углеводы	кКал			

Завтрак

5 - 9 класс

6,04	7,27	34,29	227	200,5	каша пшениная молочная	13,11
4,26	6,86	6,48	105	30	бутерброд с сыром	13,00
2,79	3,19	19,71	119	200	напиток кофейный	5,72
13,09	17,32	60,48	451		Итого	31,83

Обед

3,54	5,58	20,8	91	250	свекольник на кур.бульоне	16,73
19,42	15,98	49,08	418	310	рулет из говядины с яйцом, макароны отварные ,соус томатный	61,53
2,28	0,24	14,58	71	60	хлеб пшеничный	1,79
0,12	0	12,04	49	200	чай	2,05
25,36	21,80	96,50	1074		Итого	82,10

Полдник

29,22	12,11	29,1	342	200	запеканка из творога	69,61
0,12	0	12,04	49	200	чай	2,05
29,34	12,11	41,14	391		Итого	71,66

Итого за день

185,59

пищевая ценность				Выход гр.	Наименование блюда	Стоимость питания
белки	жиры	углеводы	кКал			

Завтрак

1 - 4 класс

6,04	7,27	34,29	227	200/5	каша пшениная молочная	13,11
4,26	6,86	6,48	105	30	бутерброд с сыром	13,00
2,79	3,19	19,71	119	200	напиток кофейный	5,72
13,09	17,32	60,48	451		Итого	31,83

Обед

3,54	5,58	20,80	91	250	свекольник на кур.бульоне	16,73
19,42	15,98	49,08	418	270	рулет из говядины с яйцом, макароны отварные ,соус томатный	54,50
2,28	0,24	14,58	71	30	хлеб пшеничный	1,79
0,12	0,00	12,04	49	200	чай	2,05
25,36	21,8	96,5	629		Итого	75,07

Полдник

2	0,2	5,8	36	200	сок	25,00
2	0,2	5,8	36		Итого	25,00

Итого за день

131,90

Зав.производством

Анфалова Е.А.