

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

меню школьника на 20 марта 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	12,81
4,26	6,86	6,48	105	30	бутерброд с сыром	12,25
2,79	3,19	19,71	119	200	напиток кофейный	5,57
13,09	17,32	60,48	451		Итого	30,63

Обед

3,54	5,58	20,8	91	250	свекольник на кур.бульоне	18,73
19,42	15,98	49,08	418	310	рулет из говядины с яйцом, макароны отварные ,соус томатный	60,65
2,28	0,24	14,58	71	60	хлеб пшеничный	1,97
0,12	0	12,04	49	200	чай	2,15
25,36	21,80	96,50	1074		Итого	83,50

Полдник

29,22	12,11	29,1	342	200	запеканка из творога	56,25
0,12	0	12,04	49	200	чай	2,15
29,34	12,11	41,14	391		Итого	58,40

Итого за день

172,53

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	12,81
4,26	6,86	6,48	105	30	бутерброд с сыром	12,25
2,79	3,19	19,71	119	200	напиток кофейный	5,57
13,09	17,32	60,48	451		Итого	30,63

Обед

3,54	5,58	20,80	91	250	свекольник на кур.бульоне	18,73
19,42	15,98	49,08	418	270	рулет из говядины с яйцом, макароны отварные ,соус томатный	53,66
2,28	0,24	14,58	71	30	хлеб пшеничный	1,97
0,12	0,00	12,04	49	200	чай	2,15
25,36	21,8	96,5	629		Итого	76,51

Полдник

2	0,2	5,8	36	200	сок	26,00
2	0,2	5,8	36		Итого	26,00

Итого за день

133,14

Зав.производством

Анфалова Е.А.