

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

меню школьника на 16 октября 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 пшенная молочная | 14.57 |
| 4.26 | 6.86 | 6.48  | 105 | 30    | бутерброд с сыром     | 12.29 |
| 2.79 | 3.19 | 19.71 | 119 | 200   | напиток кофейный      | 7.00  |

13.09 17.32 60.48 451 Итого 33.86

Обед

|       |       |       |     |     |                                                             |       |
|-------|-------|-------|-----|-----|-------------------------------------------------------------|-------|
|       |       |       |     |     |                                                             |       |
| 3.54  | 5.58  | 20.8  | 91  | 250 | свекольник на кур.бульоне                                   | 21.88 |
| 19.42 | 15.98 | 49.08 | 418 | 310 | рулет из говядины с яйцом, макароны отварные, соус томатный | 51.11 |
| 2.28  | 0.24  | 14.58 | 71  | 60  | хлеб пшеничный                                              | 2.11  |
| 0.12  | 0     | 12.04 | 49  | 200 | чай                                                         | 2.11  |

25.36 21.80 96.50 1074 Итого 77.21

Полдник

|       |       |       |     |     |                      |       |
|-------|-------|-------|-----|-----|----------------------|-------|
| 29.22 | 12.11 | 29.1  | 342 | 200 | запеканка из творога | 53.70 |
| 0.12  | 0     | 12.04 | 49  | 200 | чай                  | 2.11  |

29.34 12.11 41.14 391 Итого 55.81

Итого за день 166.88

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

Завтрак

3 - 4 класс

|      |      |       |     |       |                       |       |
|------|------|-------|-----|-------|-----------------------|-------|
| 6.04 | 7.27 | 34.29 | 227 | 200/5 | каша пшенная молочная | 14.57 |
| 4.26 | 6.86 | 6.48  | 105 | 30    | бутерброд с сыром     | 12.29 |
| 2.79 | 3.19 | 19.71 | 119 | 200   | напиток кофейный      | 7.00  |

13.09 17.32 60.48 451 Итого 33.86

Обед

|       |       |       |     |     |                                                             |       |
|-------|-------|-------|-----|-----|-------------------------------------------------------------|-------|
|       |       |       |     |     |                                                             |       |
| 3.54  | 5.58  | 20.80 | 91  | 250 | свекольник на кур.бульоне                                   | 21.88 |
| 19.42 | 15.98 | 49.08 | 418 | 270 | рулет из говядины с яйцом, макароны отварные, соус томатный | 47.27 |
| 2.28  | 0.24  | 14.58 | 71  | 30  | хлеб пшеничный                                              | 2.11  |
| 0.12  | 0.00  | 12.04 | 49  | 200 | чай                                                         | 2.11  |

25.36 21.8 96.5 629 Итого 73.37

Полдник

|      |   |       |    |     |     |       |
|------|---|-------|----|-----|-----|-------|
|      |   |       |    |     |     |       |
| 0.12 | 0 | 12.04 | 49 | 200 | сок | 28.00 |

0.12 0 12.04 49 Итого 28.00

Итого за день 135.23

Зав.производством Анфалова Е.А.