

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

меню школьника на 13 января 2026 года

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	9.65
0.86	2.1	16.45	88	30	бутерброд с повидлом	4.92
2.79	3.19	19.71	119	200	напиток кофейный	8.67

9.69 12.56 70.45 434 Итого 23.24

Обед

5.3	6.65	17.02	148	250	суп картофельный с рыбными консервами	20.06
19.25	25.11	37.72	463	310	котлета из говядины, пюре картофельное, соус томатный	62.57
2.28	0.24	14.58	71	60	хлеб	2.08
0.12	0	12.04	49	200	чай	2.11

26.95 32.00 81.36 1074 Итого 86.82

Полдник

4.87	3.78	35.27	198	60	мандарины	42.00
2	0.2	5.8	36	200	сок	28.00

6.87 3.98 41.07 234 Итого 70.00

Итого за день 180.06

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 пшениная молочная	9.65
0.86	2.1	16.45	88	30	бутерброд с повидлом	4.92
2.79	3.19	19.71	119	200	напиток кофейный	8.67

9.69 12.56 70.45 434 Итого 23.24

Обед

5.30	6.65	17.02	148	250	суп картофельный с рыбными консервами	20.06
17.77	24.43	30.16	412	270	котлета из говядины, пюре картофельное, соус томатный	55.39
2.28	0.24	14.58	71	30	хлеб	2.08
0.12	0.00	12.04	49	200	чай	2.11

25.47 31.32 73.8 680 Итого 79.64

Полдник

4.87	3.78	35.28	198	60	сдоба обыкновенная	4.38
2	0.2	5.8	36	200	сок	28.00

6.87 3.98 41.08 234 Итого 32.38

Итого за день 135.26

Зав.производством  Анфалова Е.А.