

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

меню школьника на 14 января 2026 года

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

Завтрак

5 - 9 класс

6.55	8.33	35.09	241	200.5	каша Дружба	4.02
2.28	0.24	14.58	71	30	хлеб пшеничный	2.34
3.77	3.93	25.95	154	200	какао с молоком	8.69

12.6 12.5 75.62 466 Итого 15.05

Обед

3.87	3.62	23.23	87	250	суп картофельный с бобовыми	18.55
7.77	10.1	58.97	362	310	котлета рыбная, рис отварной, соус томатный	52.70
2.28	0.24	14.58	71	60	хлеб пшеничный	1.80
1.36	0	29.06	117	200	кисель	5.22

15.28 13.96 125.84 1074 Итого 78.27

Полдник

0.6	0.6	14.7	67	150	яблоко	31.50
2	0.2	5.8	36	200	сок	28.00

2.6 0.8 20.5 103 Итого 59.50

Итого за день 152.82

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

Завтрак

3 - 4 класс

6.55	8.33	35.09	241	200/5	каша Дружба	4.02
2.28	0.24	14.58	71	30	хлеб пшеничный	2.34
3.77	3.93	25.95	154	200	какао с молоком	8.69

12.6 12.5 75.62 466 Итого 15.05

Обед

3.87	3.62	23.23	87	250	суп картофельный с бобовыми	18.55
6.51	8.53	49.11	303	270	котлета рыбная, рис отварной, соус томатный	46.97
2.28	0.24	14.58	71	30	хлеб пшеничный	1.80
1.36	0.00	29.06	117	200	кисель	5.22

14.02 12.39 115.98 578 Итого 72.54

Полдник

4.16	9.02	34.22	237	60	булочка дорожная	10.64

4.16 9.02 34.22 237 Итого 10.63

Итого за день 98.22

За производство  Anfalova E.A.