

Утверждаю: И.О. Директора школы
И. Кузнецова

меню школьника на 19 января 2026 года

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

Завтрак

6.2	8.05	31.09	222	200.5	каша манная молочная	13.19
1.7	15.1	10.26	183	30	бутерброд с маслом	16.34
3.77	3.93	25.95	154	200	какао с молоком	6.31

11.67 27.08 67.3 559 Итого 35.84

Обед

6.22	8.21	18.39	171	250	суп картофельный с крупой и рыбными консервами	18.65
19.25	25.11	37.72	463	310	котлета из говядины, пюре картофельное, соус томатный	67.24
2.28	0.24	14.58	71	60	хлеб пшеничный	1.89
0.18	0.04	15.2	59	200	чай с лимоном	3.92

28.83 43.76 94.13 1074 Итого 91.70

Полдник

1.35	0.15	14.25	64	150	мандарины	42.00
2	0.2	5.8	36	200	сок	26.00

3.35 0.35 20.05 100 Итого 68.00

Итого за день 195.54

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

Завтрак

6.2	8.05	31.09	222	200/5	каша манная молочная	13.19
1.7	15.1	10.26	183	30	бутерброд с маслом	16.34
3.77	3.93	25.95	154	200	какао с молоком	6.31

11.67 27.08 67.3 559 Итого 35.84

Обед

6.22	8.21	18.39	171	250	суп картофельный с крупой и рыбными консервами	18.65
18.62	23.90	33.07	431	270	котлета из говядины, пюре картофельное, соус томатный	59.54
2.28	0.24	14.58	71	30	хлеб пшеничный	1.89
0.18	0.04	15.20	59	200	чай с лимоном	3.92

28.20 42.55 89.48 860.12 Итого 84.00

Полдник

7	3	42	219	60	ватрушка с повидлом	7.09

7 3 42 219 Итого 7.09

Итого за день 126.93

Зав. производством  Anfalova E.A.