

Утверждаю:

И.О. Директора школы
И.И. Кузнецова

меню школьника на 21 января 2026 года

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

Завтрак

5 - 9 класс

5.12	6.62	32.61	210	200.5	каша рисовая молочная	14.80
2.28	0.24	14.58	71	30	хлеб пшеничный	2.34
2.79	3.19	19.71	119	200	напиток кофейный	8.20

10.19 10.05 66.9 400 Итого 25.34

Обед

13.21	4.11	6.7	116	250	суп картофельный с рыбой	25.39
17.08	27.7	43.01	490	310	тефтели из говядины (ёжики), пюре картофельное,соус томатный	55.76
2.28	0.24	14.58	71	60	хлеб пшеничный	1.98
0.33	0	22.66	92	200	компот из сухофруктов	4.28

32.90 32.05 86.95 1074 Итого 87.41

Полдник

2	0	5.8	36	200	сок	26.00
0.6	0.6	14.7	67	200	мандарины	24.55

Итого 50.55

Итого за день 163.30

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

Завтрак

3 - 4 класс

5.12	6.62	32.61	210	200/5	каша рисовая молочная	14.80
2.28	0.24	14.58	71	30	хлеб пшеничный	2.34
2.79	3.19	19.71	119	200	напиток кофейный	8.20

10.19 10.05 66.9 400 Итого 25.34

Обед

13.21	4.11	6.70	116	250	суп картофельный с рыбой	25.39
13.83	22.62	132.67	402	270	тефтели из говядины (ёжики), пюре картофельное,соус томатный	49.49
2.28	0.24	14.58	71	30	хлеб пшеничный	1.98
0.33	0.00	22.66	92	200	компот из сухофруктов	4.28

29.65 26.97 176.61 681 Итого 81.14

Полдник

4.67	4.43	35.21	201	60	булочка "Веснушка"	5.26

6.02 4.58 49.46 265

Итого 5.26
Итого за день 111.74

Зав.производством  Анфалова Е.А.