

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

меню школьника на 22 января 2026г.

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	13.86
4.26	6.86	6.48	105	30	бутерброд с сыром	13.68
2.79	3.19	19.71	119	200	напиток кофейный	6.69

13.09 17.32 60.48 451 Итого 34.23

Обед

3.54	5.58	20.8	91	250	свекольник на кур.бульоне	17.53
19.42	15.98	49.08	418	310	рулет из говядины с яйцом, макароны отварные, соус томатный	54.60
2.28	0.24	14.58	71	60	хлеб пшеничный	1.99
0.12	0	12.04	49	200	чай	2.11

25.36 21.80 96.50 1074 Итого 76.23

Полдник

29.22	12.11	29.1	342	200	запеканка из творога	43.98
0.12	0	12.04	49	200	чай	2.11

29.34 12.11 41.14 391 Итого 46.09

Итого за день 156.55

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	13.86
4.26	6.86	6.48	105	30	бутерброд с сыром	13.68
2.79	3.19	19.71	119	200	напиток кофейный	6.69

13.09 17.32 60.48 451 Итого 34.23

Обед

3.54	5.58	20.80	91	250	свекольник на кур.бульоне	17.53
19.42	15.98	49.08	418	270	рулет из говядины с яйцом, макароны отварные, соус томатный	48.32
2.28	0.24	14.58	71	30	хлеб пшеничный	1.99
0.12	0.00	12.04	49	200	чай	2.11

25.36 21.8 96.5 629 Итого 69.95

Полдник

0.12	0	12.04	49	200	сок	28.00

0.12 0 12.04 49 Итого 28.00

Итого за день 132.18

Зав.производством



Анфалова Е.А.