

Утверждаю: И.О. Директора школы  
Г.А. Гилева

меню школьника на 05 марта 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 | 12.99 |
| 4.26 | 6.86 | 6.48  | 105 | 30    | бутерброд с сыром     | 12.42 |
| 2.79 | 3.19 | 19.71 | 119 | 200   | напиток кофейный      | 5.88  |

13.09 17.32 60.48 451 Итого 31.29

Обед

|       |       |       |     |     |                                                             |       |
|-------|-------|-------|-----|-----|-------------------------------------------------------------|-------|
|       |       |       |     |     |                                                             |       |
| 3.54  | 5.58  | 20.8  | 91  | 250 | свекольник на кур.бульоне                                   | 21.33 |
| 19.42 | 15.98 | 49.08 | 418 | 310 | рулет из говядины с яйцом, макароны отварные, соус томатный | 53.31 |
| 2.28  | 0.24  | 14.58 | 71  | 60  | хлеб пшеничный                                              | 2.06  |
| 0.12  | 0     | 12.04 | 49  | 200 | чай                                                         | 2.04  |

25.36 21.80 96.50 1074 Итого 78.74

Полдник

|     |     |      |    |    |        |       |
|-----|-----|------|----|----|--------|-------|
|     |     |      |    |    |        |       |
| 0.6 | 0.6 | 14.7 | 67 | 60 | яблоко | 31.98 |

0.6 0.6 14.7 67 Итого 31.98

Итого за день 142.01

| 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 | 12.99 |
| 4.26 | 6.86 | 6.48  | 105 | 30    | бутерброд с сыром     | 12.42 |
| 2.79 | 3.19 | 19.71 | 119 | 200   | напиток кофейный      | 5.88  |

13.09 17.32 60.48 451 Итого 31.29

Обед

|       |       |       |     |     |                                                             |       |
|-------|-------|-------|-----|-----|-------------------------------------------------------------|-------|
|       |       |       |     |     |                                                             |       |
| 3.54  | 5.58  | 20.80 | 91  | 250 | свекольник на кур.бульоне                                   | 21.33 |
| 19.42 | 15.98 | 49.08 | 418 | 270 | рулет из говядины с яйцом, макароны отварные, соус томатный | 47.57 |
| 2.28  | 0.24  | 14.58 | 71  | 30  | хлеб пшеничный                                              | 2.06  |
| 0.12  | 0.00  | 12.04 | 49  | 200 | чай                                                         | 2.04  |

25.36 21.8 96.5 629 Итого 73.00

Полдник

|      |   |       |    |     |     |       |
|------|---|-------|----|-----|-----|-------|
|      |   |       |    |     |     |       |
| 0.12 | 0 | 12.04 | 49 | 200 | сок | 26.00 |

0.12 0 12.04 49 Итого 26.00

Итого за день 130.29

Зав.производством



Анфалова Е.А.