

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

меню школьника на 19 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	13.31
4.26	6.86	6.48	105	30	бутерброд с сыром	12.59
2.79	3.19	19.71	119	200	напиток кофейный	6.26

13.09 17.32 60.48 451 Итого 32.16

Обед

3.54	5.58	20.8	91	250	свекольник на кур.бульоне	21.05
19.42	15.98	49.08	418	310	рулет из говядины с яйцом, макароны отварные, соус томатный	53.49
2.28	0.24	14.58	71	60	хлеб пшеничный	2.30
0.12	0	12.04	49	200	чай	2.04

25.36 21.80 96.50 1074 Итого 78.88

Полдник

0.12	0	12.04	49	60	чай	2.04
29.22	12.11	29.1	342	200	запеканка из творога	57.93

29.34 12.11 41.14 391 Итого 59.97

Итого за день 171.01

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	13.31
4.26	6.86	6.48	105	30	бутерброд с сыром	12.59
2.79	3.19	19.71	119	200	напиток кофейный	6.26

13.09 17.32 60.48 451 Итого 32.16

Обед

3.54	5.58	20.80	91	250	свекольник на кур.бульоне	21.05
19.42	15.98	49.08	418	270	рулет из говядины с яйцом, макароны отварные, соус томатный	48.95
2.28	0.24	14.58	71	30	хлеб пшеничный	2.30
0.12	0.00	12.04	49	200	чай	2.04

25.36 21.8 96.5 629 Итого 74.34

Полдник

0.12	0	12.04	49	200	сок	26.00

0.12 0 12.04 49 Итого 26.00

Итого за день 132.50

Зав.производством



Анфалова Е.А.