

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

меню школьника на 20 марта 2026 года

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

Завтрак

5 - 9 класс

7.23	6.67	39.54	247	200.5	каша ячневая молочная	12.44
1.7	15.1	10.26	183	30	бутерброд с маслом	16.52
3.77	3.93	25.95	154	200	какао с молоком	5.94

12.7 25.7 75.75 584 Итого 34.90

Обед

6.02	9.54	38.25	128	250	рассольник ленинградский	25.39
21.47	24.14	53.95	518	310	тефтели из говядины, каша гречневая рассыпчатая, соус томатный	53.27
2.28	0.24	14.58	71	60	хлеб пшеничный	2.06
0.33	0	22.66	92	200	компот из кураги (плодов или ягод сушеных)	4.20

30.10 33.92 129.44 1074 Итого 84.92

Полдник

2	0.2	5.8	36	200	сок	26.00

2 0.2 5.8 36 Итого 26.00

Итого за день 145.82

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

Завтрак

3 - 4 класс

7.23	6.67	39.54	247	200/5	каша ячневая молочная	12.44
1.7	15.1	10.26	183	30	бутерброд с маслом	16.52
3.77	3.93	25.95	154	200	какао с молоком	5.94

12.7 25.7 75.75 584 Итого 34.90

Обед

6.02	9.54	38.25	128	250	рассольник ленинградский	25.39
20.37	23.09	46.89	476	270	тефтели из говядины, каша гречневая рассыпчатая, соус томатный	47.05
2.28	0.24	14.58	71	30	хлеб пшеничный	2.06
0.33	0.00	22.66	92	200	компот из кураги (плодов или ягод сушеных)	4.20

29.00 32.87 122.38 767 Итого 78.70

Полдник

2	0.2	5.8	36	200	сок	26.00

2 0.2 5.8 36 Итого 26.00

Итого за день 139.60

Зав. производством Анфалова Е.А.