

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

меню школьника на 14 мая 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	13.85
4.26	6.86	6.48	105	30	бутерброд с сыром	13.94
2.79	3.19	19.71	119	200	напиток кофейный	6.60

13.09 17.32 60.48 451 Итого 34.39

Обед

2.22	11.02	3.4	122	100	салат из белокачанной капусты с огурцами и помидорами	20.95
3.54	5.58	20.8	91	250	свекольник на кур.бульоне	20.79
19.42	15.98	49.08	418	310	рулет из говядины с яйцом, макароны отварные, соус томатный	57.32
2.28	0.24	14.58	71	60	хлеб пшеничный	1.97
0.12	0	12.04	49	200	чай	2.11

27.58 32.82 99.90 1074 Итого 103.14

Полдник

0.12	0	12.04	49	60	чай	2.11
29.22	12.11	29.1	342	200	запеканка из творога	50.69

29.34 12.11 41.14 391 Итого 52.80

Итого за день 190.33

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	13.85
4.26	6.86	6.48	105	30	бутерброд с сыром	13.94
2.79	3.19	19.71	119	200	напиток кофейный	6.60

13.09 17.32 60.48 451 Итого 34.39

Обед

2.22	11.02	3.40	122.00	100.00	салат из белокачанной капусты с огурцами и помидорами	20.95
3.54	5.58	20.80	91	250	свекольник на кур.бульоне	20.79
19.42	15.98	49.08	418	270	рулет из говядины с яйцом, макароны отварные, соус томатный	50.62
2.28	0.24	14.58	71	30	хлеб пшеничный	1.97
0.12	0.00	12.04	49	200	чай	2.11

27.58 32.82 99.9 751 Итого 96.44

Полдник

0.12	0	12.04	49	200	сок	26.00

0.12 0 12.04 49 Итого 26.00

Итого за день 156.83

Зав.производством Анфалова Е.А.