Утверждаю: И.О. Директора школы


Г.А. Гилева

# *меню школьника на 30 сентября 2026 года*

| пищевая ценность | | | | Выход гр. | Наименование блюда | Стоимость питания |
|---|---|---|---|---|---|---|
| белки | жиры | углеводы | кКкал | | | |
| | | | | | ***Завтрак*** | |
| | | | | | ***3 - 4 класс*** | |
| 5.12 | 6.62 | 32.61 | 210 | ***200/5*** | ***каша рисовая молочная*** | ***16.17*** |
| 2.28 | 0.24 | 14.58 | 71 | ***30*** | ***хлеб пшеничный*** | ***2.63*** |
| 2.79 | 3.19 | 19.71 | 119 | ***.200*** | ***напиток кофейный*** | ***8.42*** |
| **10.19** | **10.05** | **66.9** | **400** | | ***Итого*** | ***27.22*** |
| | | | | | ***Обед*** | |
| | | | | | | |
| 13.21 | 4.11 | 6.70 | 116 | ***250*** | ***суп картофельный с рыбой*** | ***31.44*** |
| 13.83 | 22.62 | 132.67 | 402 | ***270*** | ***тефтели из говядины (ёжики), пюре картофельное,соус томатный*** | ***36.49*** |
| 2.28 | 0.24 | 14.58 | 71 | ***30*** | ***хлеб пшеничный*** | ***2.25*** |
| 0.33 | 0.00 | 22.66 | 92 | ***200*** | ***компот из сухофруктов*** | ***5.06*** |
| **29.65** | **26.97** | **176.61** | **681** | | ***Итого*** | ***75.24*** |
| | | | | | ***Полдник*** | |
| 4.67 | 4.43 | 35.21 | 201 | ***60*** | ***булочка "Веснушка"*** | ***4.78*** |
| 1.35 | 0.15 | 14.25 | 64.00 | 150.00 | | |
| **6.02** | **4.58** | **49.46** | **265** | | ***Итого*** | ***4.78*** |
| | | | | | ***Итого за день*** | ***107.24*** |

*Зав.производством* _____ Анфалова Е.А.