

Ежедневное меню столовой МБОУ СОШ с. Кугарчи
 для 1-4 классов 03.09.2025

Прием пищи	№ сб. рец.	Сборник рецептур	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
завтрак	1.5	2021	ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,88	0,39	23,86	114,46
	91	2022	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	6,29	11,21	26,27	190,70
	161	2022	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	55	6,32	7,27	6,72	117,63
	240	2022	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41
			Итого за прием пищи:	505	16,49	18,87	76,21	500,25
обед	85	2022	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	1,97	4,10	12,33	94,42
	114	2022	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	11,32	13,76	29,80	319,59
	198	2022	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	90	8,73	11,35	3,51	199,27
	261	2022	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,19	0,00	10,09	41,11
	1.5	2021	ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,33	0,23	14,32	68,63
	1.6	2021	ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ИЗ РЖАНО-ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	30	4,70	0,70	49,80	214,00
			Итого за прием пищи:	760	29,24	30,14	119,85	937,07
			Всего за день:	45,73	49,01	196,06	437,32 ¹	

Ежедневное меню столовой МБОУ СОШ с. Кугарчи
 для 5-11 классов и ОВЗ 03.10.2025

Прием пищи	№ сб. рец.	Сборник рецептур	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	1.5	2021	ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,66	0,47	28,63	137,35
	91	2022	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	230	6,93	12,14	33,66	219,31
	161	2022	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	75	8,63	9,90	9,20	190,62
	240	2022	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,36	77,41
			Итого за прием пищи:	565	20,22	22,51	80,85	624,69
обед	85	2022	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,47	5,13	15,42	118,03
	114	2022	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	11,32	13,76	18,70	319,59
	198	2022	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100	13,02	13,02	6,92	221,29
	261	2022	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,19	0,00	10,09	41,11
	1.5	2021	ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,33	0,23	14,32	68,63
	1.6	2021	ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ИЗ РЖАНО-ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	30	4,70	0,70	49,80	214,00
			Итого за прием пищи:	820	34,03	32,84	115,25	982,70
			Всего за день:	54,25	55,35	196,10	607,39 ¹	

Повар

Ваганова М.И.