

Ежедневное меню столовой МБОУ СОШ с. Кугарчи

для 1-4 классов 13.03.2025

Прием пищи	№ сб. рец.	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
завтрак	1.5, сб. 2024	Хлеб пшеничный	30,0	2,37	0,3	15,48	73,65
	1.3, сб.2024	Масло сливочное	10,0	0,05	8,25	0,08	74,75
	146, сб. 2024	Пюре картофельное	180,0	3,66	5,71	26,01	168,7
	83, сб.2024	Котлеты или биточки рыбные	50,0	7,75	5,86	7,92	115,2
	248, сб. 2024	Соус томатный	50,0	0,61	2,21	3,59	36,52
	302, сб. 2024	Чай с сахаром	180,0	0,22	0,05	8,58	34,63
обед	34, сб.2024	Салат "Здоровье"	60,0	0,83	2,7	4,97	44,38
	56, сб.2024	Рассольник ленинградский	200,0	1,93	4,59	14,01	103,7
	143, сб. 2024	Птица, тушенная в соусе с овощами	200,0	20,78	16,33	31,91	310,3
	302, сб. 2024	Чай с лимоном и сахаром	200,0	0,25	0,05	9,54	38,48
	1.5, сб. 2024	Хлеб пшеничный	25,0	1,98	0,25	12,9	61,38
	ТТК	Хлеб ржано-пшеничный	25,0	1,65	0,3	10,43	48,35

Ежедневное меню столовой МБОУ СОШ с. Кугарчи

для 5-11 классов и ОВЗ 13.03.2025

Прием пищи	№ сб. рец	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
завтрак	1.5, сб.2024	Хлеб пшеничный	35,0	2,77	0,35	18,06	85,93
	1.3, сб.2024	Масло сливочное	15,0	0,08	12,38	0,12	112,1
	146, сб. 2024	Пюре картофельное	200,0	4,07	6,02	28,9	187,4
	83, сб.2024	Котлеты или биточки рыбные	60,0	9,3	7,04	9,51	138,2
	248, сб.2024	Соус томатный	40,0	0,49	1,77	2,88	29,21
	302, сб.2024	Чай с сахаром	200,0	0,25	0,05	9,54	38,48
обед	34, сб.2024	Салат "Здоровье"	100,0	1,38	4,49	8,28	73,97
	56, сб.2024	Рассольник ленинградский	250,0	2,41	5,73	17,51	149,2
	143, сб. 2024	Птица, тушенная в соусе с овощами	200,0	20,78	16,33	34,52	315,9
	302, сб. 2024	Чай с лимоном	200,0	0,25	0,05	9,54	38,48
	1.5, сб. 2024	Хлеб пшеничный	30,0	2,37	0,3	15,48	73,65
	ТТК	Хлеб ржано-пшеничный	25,0	1,65	0,3	10,43	48,35

Повар

Вагапова М.И.