

Утверждаю» -

Директор школы

/Э.С.Абдуллина/

Ежедневное меню столовой МБОУ СОШ с. Кугарчи
для 1-4 классов 15.12.2025

Прием пищи	№ сб. рец.	Сб.р рец	Блюдо	Вых од, г	Белк и	Жиры	Углево ды	Энергетическая ценность, ккал
завтрак	1.5	2021	ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,88	0,39	23,86	114,46
	114	2022	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	11,32	13,76	29,80	319,59
	333	2022	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,00	2,51	3,73	40,72
	261	2022	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,19	0,00	10,09	41,11
			Итого за прием пищи:	510	16,05	16,66	67,48	515,88
обед	63	2022	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,73	4,09	12,50	94,27
	91	2022	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	6,29	11,21	26,27	190,70
	164	2022	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	90	8,59	8,34	10,97	103,71
	240	2022	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41
	1.5	2021	ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,33	0,23	14,32	68,68
	1.6	2021	ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ИЗ РЖАНО-ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	30	4,70	0,70	49,80	214,00
			Итого за прием пищи:	750	23,64	24,57	133,22	748,77
			Всего за день:	39,69	41,23	200,70	1 264,65	

Ежедневное меню столовой МБОУ СОШ с. Кугарчи
для 5-9 классов и ОВЗ 15.12.2025

Прием пищи	№ сб. рец	Выход, г	Блюдо	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
		60	ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	4,66	0,47	28,63	137,35
		230	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	13,03	14,92	32,41	367,65
		60	СОУС ТОМАТНЫЙ	0,79	3,06	5,50	49,57
		200/10	ЧАЙ С САХАРОМ	0,19	0,00	10,09	41,11
		560	Итого за прием пищи:	18,67	18,47	76,63	595,68
обед		250	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	2,16	5,11	15,62	217,84
		200	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	6,29	11,21	26,27	190,70
		100	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	12,53	12,19	12,13	339,81
		200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	0,00	0,00	19,36	77,41
		30	ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	2,33	0,23	14,32	68,68
		30	ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ИЗ РЖАНО-ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	4,70	0,70	49,80	214,00
		810	Итого за прием пищи:	28,01	29,44	137,50	1 108,44
		46,68	Всего за день:	47,91	214,13	1 704,12	

Повар  Ваганова М.И.