

Ежедневное меню столовой МБОУ СОШ с. Кугарчи
для 1-4 классов 14.05.2025

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
	1.4, сб. 2024	Сыр (порциями)	10,0	2,63	2,66	0	35,06
	208, сб. 2024	Каша пшенная молочная жидкая	180,0	6,35	8,65	30,35	217,2
	300, сб. 2024	Чай с сахаром	180,0	0,17	0,04	8,3	32,4
	пром.	Сок фруктовый	200,0	1	0,2	20,6	86,48
обед	33, сб.2024	Салат "Пестрый"	60,0	0,61	3,04	7,38	56,31
	55, сб.2024	Щи из свежей капусты с картофелем	200,0	1,6	4,96	8,54	82,66
	138, сб.2024	Плов из курицы	200,0	19,16	23	35,81	426,3
	ТТК	Напиток с витаминами Витошка	200,0	0	0	18,95	70,71
	1.5, сб. 2024	Хлеб пшеничный	25,0	1,98	0,25	12,9	61,38
	1.6	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 ОБЗ 14.05.2025

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
	1.4, сб. 2024	Сыр (порциями)	10,0	2,63	2,66	0	35,06
	208, сб. 2024	Каша пшенная молочная жидкая	180,0	6,92	8,01	30,35	217,2
	300, сб. 2024	Чай с сахаром	200,0	0,19	0,04	9,22	36,01
	пром.	Сок фруктовый	200,0	1	0,2	20,6	86,48
обед	33, сб.2024	Салат "Пестрый"	100,0	1,02	5,06	12,3	93,84
	55, сб.2024	Щи из свежей капусты с картофелем	250,0	2	6,2	10,67	103,3
	138, сб.2024	Плов из курицы	200,0	19,16	23	35,81	451,6
	ТТК	Напиток с витаминами Витошка	200,0	0	0	18,95	70,71
	1.5, сб. 2024	Хлеб пшеничный	30,0	2,37	0,3	15,48	73,65
	1.6	Хлеб ржано-пшеничный	25,0	1,65	0,3	10,43	48,35

Повар Вагапова М.И.

«Утверждаю»