

Утверждаю»

Директор школы:

/Э.С.Абдуллина/

Ежедневное меню столовой МБОУ СОШ с. Кугарчи

для 1-4 классов 10.03.2026

Прием пищи	№ сб. рец.	Сборник рецептур	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. цен, ккал
завтрак	1.5	2021	ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,88	0,39	23,86	114,46
	138	2022	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	7,79	12,14	14,42	199,68
	262	2022	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10/7	0,25	0,01	10,29	43,42
			Печенье	50	3,75	4,9	37,2	208,5
			Итого за прием пищи:	517	15,67	17,44	85,77	566,06
обед	42	2022	САЛАТ СТУДЕНЧЕСКИЙ	60	2,07	6,95	5,35	92,34
	74	2022	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (ПШЕНО)	200	1,47	4,12	8,17	75,90
	311	2008	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,23	19,68	36,12	402,67
	266	2022	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,22	3,30	14,93	107,90
	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:	720	30,66	28,07	130,09	900,33
			Всего за день:	46,34	45,51	215,86	466,39 ¹	

Ежедневное меню столовой МБОУ СОШ с. Кугарчи

для 5-11 классов и ОВЗ 10.03.2026

Прием пищи	№ сб. рец.	Сборник рецептур	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. цен, ккал
завтрак	1.5	2021	ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,66	0,47	28,63	137,35
	138	2022	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	230	8,95	13,96	16,61	229,81
	262	2022	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10/7	0,25	0,01	10,29	43,42
		2008	Печенье	50	3,75	4,9	37,20	208,8
			Итого за прием пищи:	567	18,36	20,32	100,17	660,78
обед	42	2022	САЛАТ СТУДЕНЧЕСКИЙ	100	3,45	11,59	8,91	153,88
	74	2022	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (ПШЕНО)	250	1,84	5,15	10,21	94,87
	311	2008	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,23	19,68	36,12	402,67
	266	2022	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,22	3,30	14,93	107,90
	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:	810	36,77	40,65	134,29	1042
			Всего за день:		55,13	60,97	234,46	1702,78

Повар  Вагапова М.И.