

Директор школы:
/Э.С.Абдуллина/

Ежедневное меню ЦДП МБОУ СОШ с. Кугарчи
для младших 03.06.2025

Прием пищи	№ сб. рец.	Сборник рецеп	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
завтрак	ТК №21	2022	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05
	182	2011	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	180/6	6,62	7,97	33,44	232,57
	382	2011	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,75	3,01	24,41	141,00
	ТК №2	2022	ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00
обед	82	2011	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,64	4,59	10,34	90,00
	171.2	2011	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	180/7	4,37	6,22	45,92	257,19
	294	2011	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА	60/40	10,20	13,24	11,44	205,97
	411	2008	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТРАКТАХ	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №21	2022	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36
	ТК №21	2022	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19

Ежедневное меню ЦДП МБОУ СОШ с. Кугарчи
для старших 03.06.2025

Прием пищи	№ сб. рец	Сборник рецеп	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
завтрак	ТК №21	2022	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
	182	2011	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	200/6	7,35	8,32	37,13	253,50
	382	2011	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,75	3,01	24,41	141,00
	ТК №2	2022	ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00
обед	82	2011	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,05	5,74	12,93	112,50
	171.2	2011	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	200/7	4,85	6,29	51,02	280,13
	294	2011	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА	60/40	10,20	13,24	11,44	205,97
	411	2008	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТРАКТАХ	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №21	2022	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21
	ТК №21	2022	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58

Повар Вагапова М.И.