

Утверждаю
Директор школы:
/Э.С.Абдуллина/
МБОУ СОШ
с. Кугарчи

Ежедневное меню столовой МБОУ СОШ с. Кугарчи
для 1-4 классов 22.01.2025

Пр ие м пи щи	№ сб. реп.	Блюдо	Вы ход , г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
зав тра к	1.5	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами, № 1.5 сб. 2021	30	2,37	0,3	15,48	73,65
	1.6	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
	1.4	Сыр (порциями), № 1.4 сб. 2021	15	3,95	3,99	0	52,59
	210	Каша молочная "Дружба" №210, сб. 2021	200	6,14	8,39	33,69	233,2
	310	Компот из смеси сухофруктов	200	0,53	0,06	32,22	122,9
	пром	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,6	86,48
обе д	33	Салат "Пестрый" №33, сб.2021	60	0,73	2,74	7,71	55,12
	56	Рассольник ленинградский №56, сб.2021	200	1,92	4,01	14	98,47
	125	Овощи тушеные с мясом №125, сб.2021	210	18,37	22,05	20,51	350,5
	302	Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,05	9,54	38,48
	1.5	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами, № 1.5 сб. 2021	40	3,16	0,4	20,64	98,2
	1.6	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами	40	2,64	0,48	16,68	77,35

Ежедневное меню столовой МБОУ СОШ с. Кугарчи
для 5-11 классов и ОВЗ 22.01.2025

Прием пищи	№ сб. реп.	Блюдо	Выход , г	Бел ки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
завтрак	1.5	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами, № 1.5 сб. 2021	50	3,95	0,5	25,8	122,8
	1.6	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
	1.4	Сыр (порциями), № 1.4 сб. 2021	15	3,95	3,99	0	52,59
	210	Каша молочная "Дружба" №210, сб. 2021	230	7,06	9,65	38,74	268,2
	310	Компот из смеси сухофруктов	200	0,53	0,06	32,22	122,9
	пром.	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,6	86,48
обед	33	Салат "Пестрый" №33, сб.2021	100	1,21	4,56	12,86	91,86
	56	Рассольник ленинградский №56, сб.2021	250	2,4	5,01	17,5	123,1
	125	Овощи тушеные с мясом №125, сб.2021	230	20,1 2	24,15	22,46	383,8
	302	Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2021	200	0,25	0,05	9,54	38,48
	1.5	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами, № 1.5 сб. 2021	50	3,95	0,5	25,8	122,8
	1.6	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами	40	2,64	0,48	16,68	77,35

Повар Вагапова М.И.