

Ежедневное меню столовой МБОУ СОШ с. Кугарчи

для 1-4 классов 18.02.2025



«Утверждаю»

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
	183, сб. 2024	Каша гречневая рассыпчатая	180,0	10,32	6,63	54,02	303,3
	96, сб. 2024	Гуляш	90,0	10,41	13,02	3,21	179,1
	ТТК	Кисель с витаминами Витошка	200,0	0	0	22,33	91,53
обед	41, сб. 2024	Салат "Студенческий"	60,0	2,2	7	5,69	92,73
	58, сб. 2024	Борщ с капустой и картофелем	200,0	1,61	4,94	12	94,92
	144, сб. 2024	Картофель отварной с маслом	150,0	2,88	3,59	23,84	138
	136, сб. 2024	Котлеты рубленые из птицы	50,0	7,57	10,87	8,1	160,3
	248, сб. 2024	Соус томатный	40,0	0,49	1,77	2,88	29,21
	302, сб. 2024	Чай с лимоном	200,0	0,25	0,05	9,54	38,48
	1.5, сб. 2024	Хлеб пшеничный	25,0	1,98	0,25	12,9	61,38
	ТТК	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 ОВЗ 18.02.2025

Прием пищи	№ сб. рец.	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
завтрак	1.5, сб. 2024	Хлеб пшеничный	40,0	3,16	0,4	20,64	98,2
	183, сб. 2024	Каша гречневая рассыпчатая	210,0	12,04	7,73	63,02	353,8
	96, сб. 2024	Гуляш	100,0	11,8	14,46	3,56	199
	ТТК	Кисель с витаминами Витошка	200,0	0	0	22,33	91,53
обед	41, сб. 2024	Салат "Студенческий"	100,0	3,67	11,67	9,48	154,5
	58, сб. 2024	Борщ с капустой и картофелем	250,0	2,02	6,17	15	118,7
	144, сб. 2024	Картофель отварной с маслом	180,0	3,46	4,31	28,61	165,7
	136, сб. 2024	Котлеты рубленые из птицы	60,0	9,08	12,24	9,72	192,4
	248, сб. 2024	Соус томатный	40,0	0,49	1,77	2,88	29,21
	302, сб. 2024	Чай с лимоном	200,0	0,25	0,05	9,54	38,48
	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.