

«Утверждаю»

Директор школы:
/Э.С.Абдуллина/

Ежедневное меню столовой МБОУ СОШ с. Кугарчи
для 1-4 классов 07.03.2025

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
	1.3, сб.2024	Масло сливочное	10,0	0,05	8,25	0,08	74,75
	139, сб.2024	Плов из курицы (2 вариант)	180,0	19,61	14,91	30,52	479,7
	300, сб. 2024	Чай с сахаром	180,0	0,17	0,04	8,3	32,4
	ТТК	Апельсины	100,0	0,9	0,2	10,3	44,48
обед	№25	Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2021	60,0	1	4,79	6,55	69,42
	№55	Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2021	200,0	1,6	4,31	8,53	76,8
	№227	Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	150,0	6,33	3,53	34,15	189,1
	107, сб.2024	Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	90,0	6,44	6,63	6,54	111,3
	302, сб. 2024	Чай с лимоном	200,0	0,25	0,05	9,54	38,48
	№1.5	Хлеб пшеничный, № 1.5 сб. 2021	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 ОВЗ 07.03.2025

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
	1.3, сб.2024	Масло сливочное	15,0	0,08	12,38	0,12	112,1
	139, сб.2024	Плов из курицы (2 вариант)	200,0	23,07	14,63	33,91	600
	300, сб. 2024	Чай с сахаром	200,0	0,19	0,04	9,22	36,01
	ТТК	Апельсины	100,0	0,9	0,2	10,3	44,48
обед	№25	Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2021	100,0	1,67	7,99	10,92	115,7
	№55	Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб. 2021	250,0	2	5,39	10,66	96
	№227	Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	180,0	6,36	4,23	40,98	226,9
	107, сб.2024	Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	100,0	7,16	9,55	9,27	123,6
	302, сб. 2024	Чай с лимоном	200,0	0,25	0,05	9,54	38,48
	1.5	Хлеб пшеничный, № 1.5 сб. 2021	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  Ваганова М.И.