

«Утверждаю»

Директор школы:

/Э.С.Абдуллина/

Ежедневное меню столовой МБОУ СОШ с. Кугарчи

для 1-4 классов 14.03.2025

Прием пищи	№ сб. рец.	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
завтрак обед	1.5, сб. 2024	Хлеб пшеничный	30,0	2,37	0,3	15,48	73,65
	187, сб. 2024	Каша рисовая рассыпчатая	180,0	4,31	4,55	45,55	241
	135, сб. 2024	Биточки рубленые из птицы	60,0	8,38	9,06	5,32	136,2
	306, 2 вар, сб.2024	Какао с молоком (2 вариант)	180,0	3,28	3,01	13,51	90,23
	ТТК	Апельсины	100,0	0,9	0,2	10,3	44,48
	25, сб.2024	Салат из свеклы с растительным маслом	60,0	0,77	4,95	5,04	64,74
	61, сб.2024	Суп картофельный с макаронными изделиями	200,0	4,4	3,99	17,73	122,6
	183, сб. 2024	Каша гречневая рассыпчатая	150,0	8,6	5,52	45,02	252,7
	96, сб.2024	Гуляш	90,0	12,43	13,02	3,21	179,1
	300, сб. 2024	Чай с сахаром	200,0	0,19	0,04	9,22	36,01
	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 14.03.2025

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
	187, сб. 2024	Каша рисовая рассыпчатая	180,0	4,31	4,55	45,55	241
	135, сб. 2024	Биточки рубленые из птицы	70,0	9,77	10,57	6,2	158,9
	306, 2 вар, сб.2024	Какао с молоком (2 вариант)	200,0	3,64	3,34	15,02	100,3
	ТТК	Апельсины	100,0	0,9	0,2	10,3	44,48
обед	25, сб.2024	Салат из свеклы с растительным маслом	100,0	1,29	8,24	8,4	107,9
	61, сб.2024	Суп картофельный с макаронными изделиями	250,0	5,5	4,99	22,16	182,2
	183, сб. 2024	Каша гречневая рассыпчатая	180,0	10,32	6,63	54,02	303,3
	96, сб.2024	Гуляш	100,0	13,81	14,46	3,56	199
	300, сб. 2024	Чай с сахаром	200,0	0,19	0,04	9,22	36,01
	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.