

Директор школы:
/Э.С.Абдуллина/

Ежедневное меню ЦДП МБОУ СОШ с. Кугарчи
для младших 11.06.2026

Прием пищи	№ сб. рец.	Сборник рецеп	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
завтрак	ТК №21	2022	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05
	171.3	2011	КАША РАССЫПЧАТАЯ ЯЧНЕВАЯ	180/7	5,88	6,36	38,31	233,87
	ТК №7	2022	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	8,04	33,08
	ТК №16	2022	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00
	96	2011	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,77	4,18	13,13	97,74
	209	2008	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180/7	6,76	6,40	43,14	257,34
обед	260	2011	ГУЛЯШ	90	13,47	15,44	3,26	206,12
	349	2011	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41
	ТК №21	2022	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36
	ТК №21	2022	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19

Ежедневное меню ЦДП МБОУ СОШ с. Кугарчи
для старших 11.06.2026

Прием пищи	№ сб. рец	Сборник рецеп	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
завтрак	ТК №21	2022	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
	171.3	2011	КАША РАССЫПЧАТАЯ ЯЧНЕВАЯ	200/7	6,53	6,45	42,56	254,21
	ТК №7	2022	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	8,04	33,08
	ТК №16	2022	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00
обед	96	2011	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,22	5,22	16,42	122,17
	209	2008	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200/7	7,50	6,48	47,92	280,29
	260	2011	ГУЛЯШ	100	14,97	17,15	3,63	229,03
	349	2011	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41
	ТК №21	2022	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21
	ТК №21	2022	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58

Повар Ваганова М.И.