

Меню для учащихся 1-4 классов

Дата « 20 » февраля 2023 г.

Прием пищи	Блюдо	Выход, (6-10 л.)	Цена, руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Чай с лимоном	200	3,30	62	0,13	0	15,2
	Каши гречневая рассыпчатая	130	13,10	243,75	8,59	6,09	38,64
	Тертые яблоки	100	29,00	129	6,78	7,54	8,58
	Соус сметанный	20	1,70	24,82	0,28	0,99	2,17
	Хлеб пшеничный	40	2,20	93,52	3,16	0,4	19,32
обед	Кисель из клюквы/черники	200	6,20	118	11,4	5	149,5
	Горошек консервированный	80	13,00	32,16	2,48	0,16	5,2
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	14,00	106	2,195	2,78	15,39
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,80	137	5,46	5,8	30,4
	Пюре отварная	100	28,20	314	22,06	25,26	0,48
	Хлеб пшеничный	20	2,20	46,78	1,58	0,2	9,66
	Хлеб ржаной	40	2,20	91,96	2,24	0,44	19,76

Меню для учащихся 5-11 классов

Дата « 20 » февраля 2023 г.

Прием пищи	Блюдо	Выход, г (11-18 л.)	Цена, руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Чай с лимоном	200	3,30	62	0,13	0	15,2
	Каши гречневая рассыпчатая	180	14,30	292,5	10,31	7,31	46,36
	Тертые яблоки	100	29,00	129	6,78	7,54	8,58
	Соус сметанный	20	1,70	24,82	0,28	0,99	2,17
	Хлеб пшеничный	50	2,20	116,9	3,95	0,5	24,15
обед	Кисель из клюквы/черники	200	6,50	118	11,4	5	149,5
	Горошек консервированный	100	16,20	40,2	3,1	0,2	6,5
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	15,00	127,2	2,63	3,33	18,46
	Макаронные изделия отварные с маслом	180	5,60	234,8	6,54	6,94	36,5
	Пюре отварная	100	28,20	314	22,06	25,26	0,48
	Хлеб пшеничный	30	2,20	46,76	1,58	0,2	9,66
	Хлеб ржаной	60	2,20	91,96	2,24	0,44	19,76

Директор МБОУ Клиновская СОШ



В.И.И.

Шергина В.М.