

Утверждаю

Директор школы

Хортюк Е.Ю.

Утверждаю

ИП Чумакова С.А.

Светлова С.А.
Чумакова С.А.**Ежедневное меню****МКОУ «Большечепурниковская СШ»**

24 сентября 2026 (9 -й день)	белки	жиры	углеводы	калории	Выход в граммах/неделя			
					7-12		12-18	
ЗАВТРАК								
Плов из курицы	24,00	28,80	42,40	533,00	250	74,42	300	74,42
Овощи натуральные соленые (или свежие)	0,64	0,08	1,28	10,40	60	13,56	100	13,56
Хлеб из пшеничной муки	2,28	0,24	14,78	70,20	60	5,45	60	4,45
Чай с сахаром	0,20	0,00	9,10	36,00	200	6,57	200	5,57
Фрукты (Яблоко)	0,4	0,4	9,8	44	100	20,97	100	13,00
Итого за Завтрак	27,52	29,52	77,34	693,60	670	123,97	550	123,97
ОБЕД	белки	жиры	углеводы	калории	7-12		12-18	
Овощи натуральные соленые (или свежие)	0,64	0,08	1,28	10,40	60	12,00	100	12,00
Суп картофельный с бобовыми	6,10	4,00	25,90	173,00	250	25,00	300	25,00
Каша гречневая рассыпчатая	10,60	6,80	46,30	312,00	180	21,00	200	21,00
Птица, тушёная в соусе с овощами	10,40	8,16	9,16	155,00	100	56,00	120	56,00
Компот из смеси сухофруктов	0,50	0,10	30,90	123,00	200	10,00	200	10,00
Хлеб ржано-пшеничный	2,04	0,39	11,94	59,40	30	3,00	30	3,00
Хлеб пшеничный формовой	2,28	0,24	14,76	70,20	30	3,00	30	3,00
Итого за Обед	32,56	19,77	140,24	903,00	850,00	130,00	980	130,00
Итого за день	60,08	49,29	217,58	1596,60	1520,00	253,97	1530,00	253,97