

Утверждаю Директор школы  Хортык Е.Ю.	Утверждаю ИП Чумакова С.А.  Чумакова С.А.
---	---

Ежедневное меню

МКОУ «Большечепурниковская СШ»

6 февраля 2026 (5 –й день)	белки	жиры	углеводы	калории	Выход в граммах/цена			
					7-12		12-18	
ЗАВТРАК	г.	г.	г.	ккал				
Плов из отварной птицы	14,9	15,20	39,91	324,34	250	47,84	280	47,84
Салат из квашеной капусты	0,96	2,22	4,92	56,40	60	17,53	60	17,53
Фрукты (яблоко)	0,40	0,40	9,80	44,00	100	20,00	100	20,00
Хлеб пшеничный формовой	2,28	0,24	14,76	70,20	60	5,45	60	5,45
Чай с сахаром	0,20	0,10	9,30	38,00	200	6,57	200	6,57
Итого за завтрак	17,74	18,16	78,69	532,94	670,00	123,97	700,00	123,97
ОБЕД					7-12		12-18	
Овощи по сезону (помидоры, огурцы соленые)	0,48	0,10	1,02	6,60	60	12,00	100	12,00
Щи из свежей капусты	1,30	4,42	3,45	59,00	250	30,00	250	30,00
Пельмени мясные отварные	19,70	22,00	66,20	528,00	200	62,00	200	62,00
Напиток из шиповника	0,67	0,27	18,30	78,00	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	26,47	27,42	115,67	801,20	770	120,00	810	120,00