

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

Ежедневное меню

МКОУ «Большечепурниковская СШ»

21 сентября 2026 (6 –й день)	белки	жиры	углеводы	калории	Выход в граммах/цена			
ЗАВТРАК					7-12		12-18	
Макароны запеченные с яйцом	14,6	21,6	2,6	263,00	250	57,88	300	72,88
Сыр полутвердый(порциями)	7,90	8,00	0,00	105,00	30	35,75	30	35,75
Батон нарезной	4,50	1,74	30,84	156,60	60	11,6	60	11,6
Чай с молоком и сахаром	1,60	1,50	11,30	62,00	200	18,74	200	18,74
Итого за Завтрак	28,60	32,84	44,74	586,00	540,00	123,97	590	123,97
ОБЕД	белки	жиры	углеводы	калории	7-12		12-18	
Салат из квашеной капусты	0,90	3,00	14,80	53	60	18,00	100	16,00
Суп картофельный с крупой	2,60	2,60	19,3	117,00	250	20,00	300	24,00
Бобовые отварные	16,10	4,20	33,7	257,10	180	20,00	200	20,00
Тефтели мясные с рисом	6,90	11,10	11,80	165,00	90	56,00	90	56,00
Компот из смеси сухофруктов	0,51	0,10	30,90	123,00	200	10,00	200	10,00
Хлеб пеклеванный	2,04	0,39	11,94	59,4	30	3,00	30	3,00
Хлеб из пшеничной муки	2,28	0,24	14,76	70,20	30	3,00	30	3,00
Итого за Обед	31,33	21,63	127,20	844,60	840	130,00	950	130,00
Итого за день	59,93	54,47	171,94	1431,20		241,00		241,00