

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

Ежедневное меню

МКОУ «Большечепурниковская СШ»

15 января 2026 (9 –й день)	белки	жиры	углеводы	калории	Выход в граммах/цена			
ЗАВТРАК					7-12		12-18	
Плов из отварной курицы	14,90	15,20	39,91	324,34	250	74,42	300	74,42
Овощи по сезону (огурцы соленные)	0,48	0,10	1,02	6,60	60	13,56	100	13,56
Хлеб пшеничный формовой	0,4	0,4	9,8	44	100	5,45	60	4,45
Чай с сахаром	2,28	0,24	14,76	70,20	60	6,57	200	5,57
Фрукты (Яблоко)	0,20	0,10	9,30	38,00	200	20,97	100	13,00
Итого за Завтрак	18,26	16,04	74,79	483,14	670	123,97	550	111,00
ОБЕД					7-12		12-18	
Овощи по сезону(огурцы, помидоры соленные)	0,48	0,10	1,02	6,60	60	12,00	100	12,00
Суп гороховый	3,91	4,94	15,10	122,37	250	25,00	300	25,00
Каша гречневая рассыпчатая	6,66	9,60	43,20	290,60	180	21,00	200	21,00
Птица в соусе с томатами	9,50	12,10	10,21	166,50	100	46,00	120	46,00
Компот из смеси сухофруктов	0,60	0,10	20,10	84,00	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	25,47	27,47	116,33	799,67	850,00	120,00	980	120,00
Итого за день	43,73	43,51	191,12	1282,81	1520,00	131,00	1530,00	131,00