



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

Ежедневное меню

МКОУ «Большечепурниковская СШ»

18 мая 2026 (6 -й день)	белки	жиры	углеводы	калории	Выход в граммах/цена			
					7-12		12-18	
ЗАВТРАК								
Омлет натуральный	14,6	21,6	2,6	263,00	250	57,88	300	57,88
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	18,00
Суп картофельный с крупой	2,76	2,60	19,3	117,00	250	20,00	300	20,00
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 ржано-пшеничный	2,04	0,39	11,94	59,4	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	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