

Утверждаю

Директор школы

Хортюк Е.Ю.

Утверждаю

ИП Чумакова С.А.

Чумакова С.А.

Ежедневное меню**МКОУ «Большечепурниковская СШ»**

18 сентября 2025 (4 –й день)	белки	жиры	углеводы	калории	Выход в граммах/пена			
ЗАВТРАК					7-12		12-18	
Плов с курицей	1,10	0,20	3,80	22,00	180	71,79	220	71,79
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, огурец соленый, помидор соленый)	2,40	0,30	14,60	72,60	100	10,00	100	10,00
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	0,16	0,16	23,88	97,60	30	2,07	30	2,07
Компот из плодов или ягод сушеных	13,68	15,68	32,52	307,68	200	6,75	200	6,75
Итого за Завтрак	17,34	16,34	75	499,88	510,00	90,61	550	90,61
ОБЕД	белки	жиры	углеводы	калории	7-12		12-18	
Салат из белокочанной капусты с морковью	1,66	10,00	10,17	137,33	60	12,00	100	12,00
Суп вермишелевый на мясном бульоне	5,10	3,99	25,08	156,87	250	15,00	300	15,00
Пельмени отварные п/ф	16,40	17,00	49,50	400,00	200	55,00	200	55,00
Чай черный байховый с лимоном и сахаром	0,30	0,00	6,70	27,60	200	10,00	200	10,00
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	2,50	0,50	12,70	66,10	30	3,00	30	3,00
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	2,40	0,30	14,60	72,60	30	3,00	30	3,00
Итого за обед	28,36	31,79	118,75	860,50	770	98,00	860	98,00