

Утверждаю

Директор школы

Хортюк Е.Ю.



Утверждаю

ИП Чумакова С.А.

Чумакова С.А.



## Ежедневное меню

### МКОУ «Большечапурниковская СШ»

19 марта 2026 (4 -й день)	белки	жиры	углеводы	калории	Выход в граммах/цена			
					7-12		12-18	
<b>ЗАВТРАК</b>								
Каша овсяная молочная жидкая	5,90	6,47	1,90	103,90	200	47,10	220	47.10
Блинчики с вареной сгущенкой)	6,10	6,15	26,54	185,77	120	48.39	120	48.39
Батон нарезной	4,50	0,30	0,10	9,50	60	11,60	60	11.60
Чай с лимоном	0,30	0,10	9,5	40,00	200	16,88	200	16.88
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>15</b>	<b>14,46</b>	<b>68,78</b>	<b>486,27</b>	<b>580,00</b>	<b>123.97</b>	<b>600</b>	<b>123.97</b>
<b>ОБЕД</b>								
Овощи по сезону (помидоры, огурцы соленые)	0,48	0,10	1,02	6,60	60	12,00	100	12,00
Суп с рисом	4,78	9,40	50,20	296,75	250	20,00	300	20,00
Гуляш	12,10	10,70	9,80	175,00	100	56,00	100	56,00
Пюре из бобовых с маслом	0,27	1,30	39,70	192,10	150	18,00	150	18,00
Компот из ягод замороженных	0,10	0,10	10,90	45,00	200	18,00	200	18,00
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
<b>Итого за обед</b>	<b>22,05</b>	<b>22,23</b>	<b>138,32</b>	<b>845,05</b>	<b>820</b>	<b>130,00</b>	<b>910</b>	<b>130,00</b>
<b>Итого за день</b>	<b>38,85</b>	<b>38,70</b>	<b>213,09</b>	<b>1363,32</b>		<b>241,00</b>		<b>241,00</b>