

Утверждаю  Хоронюк Е.Ю. 	Утверждаю  ИП Чумакова С.А. Чумакова С.А. 
---	--

Ежедневное меню

МКОУ «Большечанурниковская СШ»

17 октября 2025 (5 –й день)	белки	жиры	углеводы	калории	Выход в граммах/цена			
ЗАВТРАК	г.	г.	г.	ккал	7-12		12-18	
Котлеты рыбные в томатном соусе	8,24	10,40	11,60	180,6	90	47,84	90	47,84
Макароны отварные	5,00	5,30	35,00	208,00	180	17,71	200	17,71
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, огурец соленый, помидор соленый)	0,66	0,12	2,28	13,20	100	16,67	100	16,67
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	2,40	0,30	14,60	72,60	60	4,45	60	4,45
Компот из ягод (смородина)	0,30	0,10	8,40	35,40	200	24,33	200	24,33
Итого за завтрак	16,60	16,22	71,88	509,80	600,00	111,00	620,00	111,00
ОБЕД					7-12		12-18	
Винегрет с растительным маслом	0,75	5,32	4,50	68,85	60	15,00	100	15,00
Суп Полевой	4,86	2,96	13,84	130,00	250	15,00	250	15,00
Тефтели мясные с рисом	10,97	9,65	9,88	170	120	50,00	120	50,00
Рис отварной	4,79	7,21	48,55	278,30	200	20,00	250	20,00
Чай черный байховый с сахаром	0,20	0,00	6,40	26,40	200	5,00	200	5,00
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	26,47	25,94	110,47	812,25	890	110,00	980	110,00