

МЕНЮ

МКОУ «Яровская СОШ»

03.12.2025

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МКОУ «Яровская СОШ»
Е.В.Мусиенко

День 3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак С 1-Ч КЛАСС	2004	698	Кефир	200	2178	106.0	5.8	5.0	8.0	
	2004	492	Плов	230	5175	412.9	22.23	18.62	39.09	
	Год	Год	Хлеб с валиком	40	280	138.0	3.16	0.32	20.8	
	ТУ	ТУ	СДОБА	38	567	155.8	4.2	5.54	21.62	
Итого за завтрак					508.0	827	812.7	35.39	29.48	89.51
Завтрак 0В3 С 1-Ч КЛАСС	ТУ	ТУ	СДОБА	38	568	155.8	4.2	5.54	21.62	
	2004	340	Омлет	115	3144	126.0	10.2	9.2	0.6	
	2004	685	Чай с сахаром	200	228	58.0	0.2	0	15.0	
	Год	Год	Кефир	200	2178	106.0	5.8	5.0	8.4	
	Год	Год	Хлеб с валиком	40	280	138.0	3.16	0.32	20.8	
Итого за завтрак					593.0	6398	583.8	23.56	20.06	66.42
обед	2004	27	Цып из св. капусты	250	4958	88.0	2.0	4.3	10.0	
0В3	2004	492	Плов	230	5175	412.9	22.23	18.62	39.09	
С 1-Ч КЛАСС	2004	859	Компот из с/фр	200	990	110.0	0.2	0.2	22.3	
	Год	Год	Хлеб с валиком	40	280	138.0	3.16	0.32	20.8	
	ТУ	ТУ	Хлеб ржаной	30	228	68.55	2.76	0.45	12.96	
	Год	Год	Фрукты	1-	3971					
Итого за обед					750.0	13600	817.45	30.35	23.89	105.15
ИТОГО					1393.0	200	1401.65	53.91	43.95	171.57

МЕНЮ

МКОУ «Яровская СОШ»

03.12.2025

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МКОУ «Яровская СОШ»
Е.В.Мусиенко

День 3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак С 5-11 КЛАСС	2004	698	Кефир	200	2178	106.0	5.8	5.0	8.0	
	2004	492	Плов	280	6775	507.2	27.33	22.88	48.04	
	Год	Год	Хлеб с валиком	40	280	138.0	3.16	0.32	20.8	
	ТУ	ТУ	СДОБА	38.	567	155.8	4.2	5.54	21.62	
Итого за завтрак					558.0	98	907.0	40.49	33.74	98.46
Завтрак 0В3 С 5-11 КЛАСС	ТУ	ТУ	СДОБА	38	568	155.8	4.2	5.54	21.62	
	2004	340	Омлет	115	3144	126.0	10.2	9.2	0.6	
	2004	685	Чай с сахаром	200	228	58.0	0.2	0	15.0	
	Год	Год	Кефир	200	2178	106.0	5.8	5.0	8.4	
	Год	Год	Хлеб с валиком	40	280	138.0	3.16	0.32	20.8	
Итого за завтрак					593.0	6398	583.8	23.56	20.06	66.42
обед	2004	27	Цып из св. капусты	280	4958	88.0	2.0	4.3	10.0	
0В3 С 5-11 КЛАСС	2004	492	Плов	280	6775	507.2	27.33	22.88	48.04	
	2004	859	Компот из сиропа	200	990	110.0	0.2	0.2	22.3	
	Год	Год	Хлеб с валиком	40	280	138.0	3.16	0.32	20.8	
	ТУ	ТУ	Хлеб ржаной	30	228	68.55	2.76	0.45	12.96	
	Год	Год	Фрукты	1-	3971					
Итого за обед					800	17200	911.75	35.45	28.15	114.1
ИТОГО					1393	236	1495.55	59.01	48.21	180.52