

МЕНЮ

МКОУ «Яровская СОШ»

04.12.2025

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МКОУ «Яровская СОШ»

Е.В.Мусиенко

День 4

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------------------|--------|----------------------|----------------------|------------------|-------------------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак С 1-4 класс | 2015 | 71 | Овощи свежие | 60 | 12 ²⁵ | 22.0 | 1.1 | 0.2 | 3.8 |
| | 2007 | 290 | Птица тушеная | 80 | 42 ⁸⁸ | 206.6 | 10.2 | 17.9 | 1.12 |
| | 2005 | 679 | КАША гречневая | 150 | 9 ⁸⁹ | 230.45 | 7.46 | 5.61 | 35.84 |
| | Гар | 72 | Витамин. напит Виточ | 200 | 11 ²⁰ | 75.0 | 0 | 0 | 19.0 |
| | Гар/Гу | Гу | Хлеб с фалитек РУДАН | 80 | 5 ⁷³ | 222.0 | 5.88 | 0.84 | 37.44 |
| Итого за завтрак | | | | 570 ⁰ | 82 ⁷ | 756.05 | 24.64 | 24.55 | 57.2 |
| Завтрак 0ВЗ С 1-4 класс | 2015 | 182 | КАША мол. рисовая | 210 | 24 ⁵⁵ | 251.0 | 5.1 | 10.72 | 33.42 |
| 2015 | 379 | Коренний напиток | 200 | 13 ⁰⁶ | 100.6 | 3.17 | 2.68 | 15.9 | |
| Гар | Гу | Хлеб с фалитеком | 50 | 3 ⁵⁰ | 172.5 | 3.92 | 0.4 | 26.0 | |
| 2004 | 858 | Фрукты | 40 | 34 ⁷⁶ | 47.0 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | |
| Итого за завтрак | | | | 560.0 | 75 ⁸⁷ | 571.1 | 12.59 | 14.2 | 85.12 |
| обед 0ВЗ С 1-4 класс | 2015 | 71 | Овощи свежие | 60 | 12 ²⁵ | 22.0 | 1.1 | 0.2 | 3.8 |
| 2004 | 139 | Суп гороховый | 200 | 42 ⁸³ | 107.8 | 4.39 | 4.22 | 13.06 | |
| 2007 | 290 | Птица тушеная | 80 | 42 ⁸² | 206.6 | 10.2 | 17.9 | 1.12 | |
| 2005 | 679 | КАША гречневая РАС | 150 | 9 ⁸⁹ | 230.45 | 7.46 | 5.61 | 35.84 | |
| Гар | 72 | Напиток Витам. Виточ | 200 | 11 ²⁰ | 75.0 | 0 | 0 | 19.0 | |
| Гар | Гу | Хлеб с фалитеком | 40 | 2 ⁸⁰ | 138.0 | 3.16 | 0.33 | 20.8 | |
| Гу | Гу | Хлеб РУДАН | 30 | 2 ²⁸ | 68.55 | 2.76 | 0.45 | 12.96 | |
| Итого за обед | | | | 760.0 | 124 ¹³ | 848.4 | 29.03 | 28.17 | 106.58 |
| ИТОГО | | | | 1320.0 | 200 ⁰ | 1415.1 | 41.66 | 42.9 | 151.7 |

МЕНЮ

МКОУ «Яровская СОШ»

04. 12.2025

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МКОУ «Яровская СОШ»

Е.В.Мусиенко

День 4

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------------------|--------|--------------------|----------------------|------------------|-------------------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак С 5-И класс | 2015 | 71 | Овощи свежие | 60 | 12 ²⁵ | 22.0 | 1.1 | 0.2 | 3.8 |
| | 2007 | 290 | Птица тушеная | 100 | 56 ⁹⁰ | 258.3 | 12.75 | 22.45 | 1.4 |
| | 2005 | 679 | КАША гречневая | 180 | 11 ⁸⁷ | 276.53 | 8.95 | 6.73 | 43.0 |
| | Гар | 72 | Вит. напиток Виточ | 200 | 11 ²⁰ | 75.0 | 0 | 0 | 19.0 |
| | Гар/Гу | Гу | Хлеб с фалитек РУДАН | 80 | 5 ⁷³ | 222.0 | 5.88 | 0.84 | 37.44 |
| Итого за завтрак | | | | 620.0 | 98 ⁷ | 853.83 | 28.68 | 30.22 | 104.64 |
| Завтрак 0ВЗ С 5-И класс | 2015 | 182 | КАША мол. рисовая | 210. | 24 ⁰⁸ | 251.0 | 5.1 | 10.72 | 33.42 |
| 2015 | 379 | Коренний напиток | 200 | 13 ⁰⁶ | 100.6 | 3.17 | 2.68 | 15.9 | |
| Гар | Гу | Хлеб с фалитеком | 50 | 3 ⁵⁰ | 172.5 | 3.92 | 0.4 | 26.0 | |
| 2004 | 858 | Фрукты | 40 | 34 ⁷⁶ | 47.0 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | |
| | | | 560.0 | 95 ⁸⁷ | 571.10 | 12.59 | 14.2 | 85.12 | |
| Итого за завтрак | | | | | | | | | |
| обед 0ВЗ С 5- И класс | 2015 | 71 | Овощи свежие | 60 | 12 ²⁵ | 22.0 | 1.1 | 0.2 | 3.8 |
| 2004 | 139 | Суп гороховый | 200 | 42 ⁸³ | 107.8 | 4.39 | 4.22 | 13.06 | |
| 2007 | 290 | Птица тушеная | 100 | 56 ⁹⁰ | 258.3 | 12.75 | 22.45 | 1.4 | |
| 2005 | 679 | КАША гречневая Р. | 180 | 11 ⁸⁷ | 276.53 | 8.95 | 6.73 | 43.0 | |
| Гар | 72 | Напиток Вит. Виточ | 200 | 11 ²⁰ | 75.0 | 0 | 0 | 19.0 | |
| Гар | Гу | Хлеб с фалитеком | 40 | 2 ⁸⁰ | 138.0 | 3.16 | 0.32 | 20.8 | |
| Гу | Гу | Хлеб РУДАН | 30 | 2 ²⁸ | 68.55 | 2.76 | 0.45 | 12.96 | |
| Итого за обед | | | | 810.0 | 140 ¹³ | 946.18 | 33.11 | 34.37 | 114.02 |
| ИТОГО | | | | 1320.0 | 236 ⁰ | 1517.28 | 45.7 | 48.57 | 159.14 |