

МЕНЮ

МКОУ «Яровская СОШ»

04.12.2025

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МКОУ «Яровская СОШ»

Е.В.Мусиенко

День 4

Прием пищи	Раздел	№ реп.	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	250	ПТИЦА тушеная	80	42 ⁸³	206.6	10.2	17.9	1.12
	2005	679	КАША гречневая	150	98 ⁹	230.45	7.46	5.61	35.84
	Гол	72	Витамин. напиток Витох	200	11 ²⁰	75.0	0	0	19.0
	Гол/ту	Гол/ту	Хлеб с валиком, ржан	80	57 ³	222.0	5.88	0.84	37.44
Итого за завтрак				570 [~]	82 [~]	756.05	24.64	24.55	97.2
Завтрак ОВЗ с 1-4 класс	2015	183	КАША мол. рисовая	210	24 ⁵⁵	251.0	5.1	10.72	33.42
	2015	379	КОРЕННЫЙ НАПИТОК	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гол	Гол	Хлеб с валиком	50	35 ⁰	172.5	3.92	0.4	26.0
	2004	858	Фрукты	1 [~]	347 ⁶	47.0	0.4	0.4	9.8
				560.0	75 ⁸⁷	571.1	12.59	14.2	85.12
Итого за завтрак									
обед ОВЗ 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	250	ПТИЦА тушеная	80	42 ⁸³	206.6	10.2	17.9	1.12
	2005	679	КАША гречневая рас	150	98 ⁹	230.45	7.46	5.61	35.84
	Гол	72	Напиток витамин. Витох	200	11 ²⁰	75.0	0	0	19.0
	Гол	Гол	Хлеб с валиком	40	28 ⁰	138.0	3.16	0.33	20.8
	ту	ту	Хлеб ржаной	30	22 ⁸	68.55	2.76	0.45	12.96
Итого за обед				760.0	124 ¹³	848.4	29.07	28.7	106.58
ИТОГО				1320.0	200 [~]	1419.5	41.66	42.9	191.7

МЕНЮ

МКОУ «Яровская СОШ»

04.12.2025

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МКОУ «Яровская СОШ»

Е.В.Мусиенко

День 4

Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак с 5-11 класс	2015	71	Овощи свежие	60	12 ²⁵	22.0	1.1	0.2	3.8
	2007	250	ПТИЦА тушеная	100	56 ⁹⁰	258.3	12.75	22.45	1.4
	2005	679	КАША гречневая	180	118 ⁷	276.53	8.95	6.73	43.0
	Гол	72	Вит. напиток Витох	200	11 ²⁰	75.0	0	0	19.0
	Гол/ту	Гол/ту	Хлеб с валиком, ржан	80	57 ³	222.0	5.88	0.84	37.44
Итого за завтрак				620.0	98 [~]	853.83	28.68	30.22	104.64
Завтрак ОВЗ с 5-11 класс	2015	182	КАША мол. рисовая	210	24 ⁵⁵	251.0	5.1	10.72	33.42
	2015	379	КОРЕННЫЙ НАПИТОК	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гол	Гол	Хлеб с валиком	50	35 ⁰	172.5	3.92	0.4	26.0
	2004	858	Фрукты	1 [~]	347 ⁶	47.0	0.4	0.4	9.8
				560.0	95 ⁸⁷	571.10	12.59	14.2	85.12
Итого за завтрак									
обед ОВЗ с 5-11 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	250	ПТИЦА тушеная	100	56 ⁹⁰	258.3	12.75	22.45	1.4
	2005	679	КАША гречневая р.	180	118 ⁷	276.53	8.95	6.73	43.0
	Гол	72	Напиток витамин. Витох	200	11 ²⁰	75.0	0	0	19.0
	Гол	Гол	Хлеб с валиком	40	28 ⁰	138.0	3.16	0.32	20.8
	ту	ту	Хлеб ржаной	30	22 ⁸	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 [~]	1517.28	45.7	48.57	159.44