

## МЕНЮ

МКОУ «Яровская СОШ»

09.12.2025

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МКОУ «Яровская СОШ»

Е.В.Мусиенко

День 7

Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак С 1-4 класс	2005	42	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	55	19 <sup>57</sup>	158,8	6,38	5,63	20,1
	2005	608	Биточки	80	47 <sup>12</sup>	183,0	12,44	9,24	12,56
	2005	679	КАША ячневая	180	10 <sup>26</sup>	224,42	5,74	5,11	37,0
	2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2 <sup>28</sup>	58,0	0,2	0	15,0
	Ген	Ген	ХЛЕБ СВЯЛИТЕКОМ	40	2 <sup>72</sup>	138,0	3,16	0,32	20,8
Итого за завтрак				555,0	82 <sup>~</sup>	762,22	27,82	20,3	105,46
Завтрак Обз с 1-4 кл.	2005	42	Сыр	30	31 <sup>50</sup>	54,6	7,0	8,86	0
	2004	340	Омлет	115	31 <sup>44</sup>	126,0	10,2	9,2	0,6
	2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2 <sup>28</sup>	58,0	0,2	0	15,0
	Ген	Ген	СДОБА	100	9 <sup>55</sup>	260,57	7,38	3,06	50,2
	2004	858	ФРИТЫ	1~	6 <sup>26</sup>	47,0	0,4	0,4	9,8
Итого за завтрак				550,0	81 <sup>02</sup>	546,17	25,18	21,52	75,6
обед	2004	110	БОРЩ	250	48 <sup>33</sup>	106,0	2,0	5,2	13,1
	2005	608	Биточки	80	47 <sup>12</sup>	183,0	12,44	9,24	12,56
	2005	679	КАША ячневая	150	8 <sup>38</sup>	187,02	4,79	4,26	30,83
	2004	859	Компот из с/ф	200	9 <sup>90</sup>	110,0	0,2	0,2	22,3
	Ген	Ген	ХЛЕБ СВЯЛИТЕКОМ	40	2 <sup>72</sup>	138,0	3,16	0,32	20,8
	Ген	Ген	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2 <sup>28</sup>	88,55	2,76	0,45	12,96
Итого за обед				750,0	118 <sup>58</sup>	792,57	25,35	19,67	112,55
ИТОГО				1300,0	200 <sup>~</sup>	1338,74	50,53	41,19	188,16

## МЕНЮ

МКОУ «Яровская СОШ»

09.12.2025.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МКОУ «Яровская СОШ»

Е.В.Мусиенко

День 7

Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак С 5-11 класс	2005	42	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	55	19 <sup>57</sup>	158,8	6,38	5,63	20,1
	2005	608	Биточки	100	63 <sup>17</sup>	228,75	15,55	11,55	15,7
	2005	679	КАША ячневая	180	10 <sup>26</sup>	224,42	5,74	5,11	37,0
	2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2 <sup>28</sup>	58,0	0,2	0	15,0
	Ген	Ген	ХЛЕБ СВЯЛИТЕКОМ	40	2 <sup>72</sup>	138,0	3,16	0,32	20,8
Итого за завтрак				575,0	98 <sup>~</sup>	807,97	31,03	22,61	108,6
Завтрак Обз с 5-11 кл.	2005	42	Сыр	30	31 <sup>50</sup>	54,6	7,0	8,86	0
	2004	340	Омлет	115	31 <sup>44</sup>	126,0	10,2	9,2	0,6
	2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2 <sup>28</sup>	58,0	0,2	0	15,0
	Ген	Ген	СДОБА	80	7 <sup>64</sup>	276,8	6,32	4,72	52,8
	2004	858	ФРИТЫ	1~	2 <sup>678</sup>	47,0	0,4	0,4	9,8
Итого за завтрак				550,0	99 <sup>34</sup>	562,4	24,12	23,18	78,2
обед	2004	110	БОРЩ	250	48 <sup>33</sup>	106,0	2,0	5,2	13,1
	2005	608	Биточки	100	63 <sup>17</sup>	228,75	15,55	11,55	15,7
	2005	679	КАША ячневая	180	10 <sup>26</sup>	224,42	5,74	5,11	37,0
	2004	859	Компот из с/ф	200	9 <sup>90</sup>	110,0	0,2	0,2	22,3
	Ген	Ген	ХЛЕБ СВЯЛИТЕКОМ	40	2 <sup>72</sup>	138,0	3,16	0,32	20,8
	Ген	Ген	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2 <sup>28</sup>	88,55	2,76	0,45	12,96
Итого за обед				800,0	136 <sup>70</sup>	875,72	29,41	22,83	121,86
ИТОГО				1750,0	236 <sup>~</sup>	1438,42	53,53	46,01	209,06