

## МЕНЮ

МКОУ «Яровская СОШ»

10. 12. 2025

УТВЕРЖДАЮ

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

День 8

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак С 1-4 класс	2015	71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ	60	756	22.0	1.1	0.2	3.8
	1997	49	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	120	7536	138.0	19.08	5.52	3.48
	2005	688	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	585	202.14	6.62	5.42	31.73
	2007	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	499	114.7	9.2	2.28	15.42
	Год / тг	Год / тг	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ, РУЖАН	60	424	180.0	4.52	0.58	29.12
				600.0	32"	637.74	37.34	13.08	82.97
Итого за завтрак									
Завтрак ОВЗ С 1-4 класс	2004	337	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	14	9	63.0	5.1	4.6	0.3
	2010	168	КАЛЯ МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ	210	2376	203.0	6.21	5.28	32.79
	2005	103	СОК	200	27"	94.0	0.8	0	23.0
	Год	Год	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	272	138.0	3.16	0.32	20.8
	2015	338	ФРУКТЫ	14	2838	68.26	0.6	0.46	14.7
				590	9086	550.0	15.87	10.66	91.59
Итого за завтрак									
обед обед	2015	71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ	60	756	22.0	1.1	0.2	3.8
	2005	209	СУП КАРТОФ. С М. ФРИК.	200	2726	81.0	1.87	2.26	13.31
	1997	49	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	120	7536	138.0	19.08	5.52	3.48
	2005	688	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	585	202.14	6.62	5.42	31.73
	2007	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	499	114.7	9.2	2.28	15.42
	Год	Год	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	272	138.0	3.16	0.32	20.8
	тг	тг	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	30	228	68.55	2.76	0.45	12.96
Итого за обед				780.0	1054	711.6	35.51	14.63	94.84
ИТОГО				1350.0	200"	1261.8	59.38	25.29	186.43

## МЕНЮ

МКОУ «Яровская СОШ»

10. 12. 2025

УТВЕРЖДАЮ

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

День 8

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак С 5- И класс	2015	71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ	60	756	22.0	1.1	0.2	3.8
	1997	49	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	120	7536	138.0	19.08	5.52	3.48
	2005	688	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	585	202.14	6.62	5.42	31.73
	2007	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	499	114.7	9.2	2.28	15.42
	Год/тг	Год/тг	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ, РУЖАН	60	424	180.0	4.52	0.58	29.12
				600.0	98"	656.84	40.52	14.0	83.55
Итого за завтрак									
Завтрак ОВЗ С 5- И класс	2004	337	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	14	9	63.0	5.1	4.6	0.3
	2010	168	КАЛЯ МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ	210	2376	203.0	6.21	5.28	32.79
	2009	103	СОК	200	27"	94.0	0.8	0	23.0
	Год	Год	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	272	138.0	3.16	0.32	20.8
	2015	338	ФРУКТЫ	14	4778	68.26	0.6	0.46	14.7
				590.0	11026	550.0	15.87	10.66	91.59
Итого за завтрак									
обед обед	2015	71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ	60	756	22.0	1.1	0.2	3.8
	2005	209	СУП КАРТОФ. С М. ФРИК.	250	2726	148.5	7.29	5.7	17.0
	1997	49	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	120	7536	138.0	19.08	5.52	3.48
	2005	69	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	558	240.23	6.5	8.05	37.71
	2007	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	499	114.7	9.2	2.28	15.42
	Год	Год	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	272	138.0	3.16	0.32	20.8
	тг	тг	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	30	228	68.55	2.76	0.45	12.96
Итого за обед				880.0	12578	870.0	45.09	22.52	108.17
ИТОГО				1470.0	236"	1419.98	64.96	33.18	199.76