

МЕНЮ

МКОУ «Яровская СОШ»

17.12.2025

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МКОУ «Яровская СОШ»

Е.В.Мусиенко

День 3

| Прием пищи | Раздел | № реп. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-------------------------------|--------|-----------|-------------------|-------------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак С 1-4 класс | 2004 | 698 | Кефир | 200 | 2178 | 106.0 | 5.8 | 5.0 | 8.0 |
| | 2004 | 492 | Плов | 230 | 5134 | 412.9 | 22.23 | 18.62 | 39.09 |
| | Гос | Гос | Хлеб с валитеком | 40 | 292 | 138.0 | 3.16 | 0.32 | 20.8 |
| | ТЭ | ТЭ | Сдоба | 38 | 596 | 155.8 | 4.2 | 5.54 | 21.62 |
| | | | | | | | | | |
| Итого за завтрак | | | | 508.0 | 82 | 812.7 | 35.39 | 29.48 | 89.51 |
| Завтрак ОВЗ с 1-4 класс | ТЭ | ТЭ | Сдоба | 38 | 596 | 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 |
| | Гос | Гос | Кефир | 200 | 2178 | 106.0 | 5.8 | 5.0 | 8.4 |
| | Гос | Гос | Хлеб с валитеком | 40 | 292 | 138.0 | 3.16 | 0.32 | 20.8 |
| Итого за завтрак | | | | 593.0 | 6442 | 583.8 | 23.56 | 20.06 | 66.42 |
| обед | 2004 | 27 | Щи из св. капусты | 250 | 4958 | 88.0 | 2.0 | 4.3 | 10.0 |
| ОВЗ | 2004 | 492 | Плов | 230 | 5134 | 412.9 | 22.23 | 18.62 | 39.09 |
| С 1-4 класс | 2004 | 859 | Компот из с/фр | 200 | 990 | 110.0 | 0.2 | 0.2 | 22.3 |
| | Гос | Гос | Хлеб с валитеком | 40 | 292 | 138.0 | 3.16 | 0.32 | 20.8 |
| | ТЭ | ТЭ | Хлеб ржаной | 30 | 291 | 68.55 | 2.76 | 0.45 | 12.96 |
| | Гос | Гос | Фрукты | 1 | 1833 | | | | |
| Итого за обед | | | | 750.0 | 13558 | 817.45 | 30.35 | 23.89 | 105.15 |
| ИТОГО | | | | 1343.0 | 200 | 1401.25 | 53.91 | 43.95 | 171.57 |

МЕНЮ

МКОУ «Яровская СОШ»

17.12.2025

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МКОУ «Яровская СОШ»

Е.В.Мусиенко

День 3

| Прием пищи | Раздел | № реп. | 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 | 230 | 6734 | 507.2 | 27.33 | 22.88 | 48.04 |
| | Гос | Гос | Хлеб с валитеком | 40 | 292 | 138.0 | 3.16 | 0.32 | 20.8 |
| | ТЭ | ТЭ | Сдоба | 38 | 596 | 155.8 | 4.2 | 5.54 | 21.62 |
| | | | | | | | | | |
| Итого за завтрак | | | | 558.0 | 08 | 907.0 | 40.49 | 33.74 | 98.46 |
| Завтрак ОВЗ с 5-11 класс | ТЭ | ТЭ | Сдоба | 38 | 596 | 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 |
| | Гос | Гос | Кефир | 200 | 2178 | 106.0 | 5.8 | 5.0 | 8.4 |
| | Гос | Гос | Хлеб с валитеком | 40 | 292 | 138.0 | 3.16 | 0.32 | 20.8 |
| Итого за завтрак | | | | 593.0 | 6442 | 583.8 | 23.56 | 20.06 | 66.42 |
| обед | 2004 | 27 | Щи из св. капусты | 250 | 4958 | 88.0 | 2.0 | 4.3 | 10.0 |
| ОВЗ с 5-11 кл | 2004 | 492 | Плов | 230 | 6734 | 507.2 | 27.33 | 22.88 | 48.04 |
| | 2004 | 859 | Компот из с/фр | 200 | 990 | 110.0 | 0.2 | 0.2 | 22.3 |
| | Гос | Гос | Хлеб с валитеком | 40 | 292 | 138.0 | 3.16 | 0.32 | 20.8 |
| | ТЭ | ТЭ | Хлеб ржаной | 30 | 291 | 68.55 | 2.76 | 0.45 | 12.96 |
| | Гос | Гос | Фрукты | 1 | 3892 | | | | |
| Итого за обед | | | | 800 | 17158 | 911.75 | 35.45 | 28.15 | 114.1 |
| ИТОГО | | | | 1393 | 236 | 1495.55 | 89.01 | 48.21 | 180.52 |