

МЕНЮ

МКОУ «Яровская СОШ»

22.12.2025

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МКОУ «Яровская СОШ»

Е.В.Мусиенко

День 6

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак с 1-4 класс	2005	42	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	80	37 ³⁵	246.5	10.61	12.3	22.9
	2015	182	КАША МОЛОЧНАЯ, ПШЕН.СМС	210	23 ⁰¹	285.0	7.51	11.72	37.05
	2015	379	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	Ген	Ген	ХЛЕБ С БЛАНТИКОМ	60	4 ³⁸	207.0	4.74	0.48	31.2
Итого за завтрак				550.0	77 ⁸⁰	839.1	26.03	27.18	107.05
Завтрак 0-3 с 1-4 класс	2005	42	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	80	37 ³⁵	246.5	10.61	12.3	22.9
	2015	182	КАША МОЛ. ПШЕН. СМС	210	23 ⁰¹	285.0	7.51	11.72	37.05
	2015	379	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	2004	858	ФРУКТЫ	60	16	47.6	0.4	0.4	9.8
Итого за завтрак				550.0	89 ⁴²	679.7	21.09	27.1	85.65
обед	2007	41	СУП РЫБНЫЙ	250	35 ⁴⁴	131.8	15.93	0.75	11.53
	2010	274	МАСО ТУШЕННОЕ С ОВОЩИ	230	57 ³¹	296.0	21.71	16.55	15.02
	2013	516	Кисель	200	12 ⁰⁰	122.0	1.4	0	29.0
	Ген	Ген	ХЛЕБ С БЛАНТИКОМ	40	2 ⁹²	133.0	3.16	0.32	20.8
	Ген	Ген	ХЛЕБ РУДАКОВЫЙ	30	2 ⁹¹	68.55	2.76	0.45	12.96
Итого за обед				750.0	110 ⁵⁸	756.35	44.96	18.07	89.31
ИТОГО				1300.0	200 ⁰⁰	1436.05	67.5	95.17	179.96

МЕНЮ

МКОУ «Яровская СОШ»

22.12.2025

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МКОУ «Яровская СОШ»

Е.В.Мусиенко

День 6

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак с 5-11 класс	2005	42	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	80	37 ³⁵	246.5	10.61	12.3	22.9
	2015	182	КАША МОЛ. ПШЕН. С М.СЛ	210	23 ⁰¹	285.0	7.51	11.72	37.05
	2015	379	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	Ген	Ген	ХЛЕБ С БЛАНТИКОМ	60	4 ³⁸	207.0	4.74	0.48	31.2
Итого за завтрак				550.0	77 ⁸⁰	839.1	26.03	27.18	107.05
Завтрак 0-3 с 5-11 класс	2005	42	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	80	37 ³⁵	246.5	10.61	12.3	22.9
	2015	182	КАША ПШЕН. МОЛ.СМС	210	23 ⁰¹	285.0	7.51	11.72	37.05
	2015	379	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	2004	858	ФРУКТЫ	60	16 ⁰⁰	47.6	0.4	0.4	9.8
Итого за завтрак				550.0	89 ⁴²	679.7	21.09	27.1	85.65
обед	2007	41	СУП РЫБНЫЙ	250	35 ⁴⁴	131.8	15.93	0.75	11.53
	2010	274	МАСО ТУШЕННОЕ С ОВОЩИ	280	93 ³¹	375.57	26.73	21.06	18.61
	2013	516	Кисель	200	12 ⁰⁰	122.0	1.4	0	29.0
	Ген	Ген	ХЛЕБ С БЛАНТИКОМ	40	2 ⁹²	133.0	3.16	0.32	20.8
	Ген	Ген	ХЛЕБ РУДАКОВЫЙ	30	2 ⁹¹	68.55	2.76	0.45	12.96
Итого за обед				800.0	146 ⁵⁸	835.92	49.98	22.58	92.9
ИТОГО				1380.0	236 ⁰⁰	1515.62	71.67	49.68	178.55