

МЕНЮ

МКОУ «Яровская СОШ»

22.12.2025

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МКОУ «Яровская СОШ»

Е.В.Мусиенко

День 6

Прием пищи	Раздел	№ реп.	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 молочн. пшени. см.с	210	23 ⁰¹	285.0	7.51	11.72	37.05
	2015	379	Кофейный напиток	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гол	Гол	Хлеб с валитеком	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 С 5-11 класс	2005	42	Бутерброд с сыром	80	37 ³⁵	246.5	10.61	12.3	22.9
	2015	182	КАША мол. пшени. см.с	210	23 ⁰¹	285.0	7.51	11.72	37.05
	2015	379	Кофейный напиток	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	2004	858	Фрукты	1	16	47.6	0.4	0.4	9.8
Итого за завтрак				550.0	89 ⁴²	679.7	21.69	27.1	85.65
Обед	2007	41	Суп рыбный	250	35 ⁴⁴	131.8	15.93	0.75	11.53
	2010	274	Мясо тушеное с овощ.	230	57 ³¹	296.0	21.71	16.55	15.02
	2013	516	Кисель	200	12 ⁰⁰	122.0	1.4	0	29.0
	Гол	Гол	Хлеб с валитеком	40	2 ⁹²	138.0	3.16	0.32	20.8
	Гол	Гол	Хлеб ржаной	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	45.17	174.96

МЕНЮ

МКОУ «Яровская СОШ»

22.12.2025

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МКОУ «Яровская СОШ»

Е.В.Мусиенко

День 6

Прием пищи	Раздел	№ реп.	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. пшени. см.с	210	23 ⁰¹	285.0	7.51	11.72	37.05
	2015	379	Кофейный напиток	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гол	Гол	Хлеб с валитеком	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 С 5-11 класс	2005	42	Бутерброд с сыром	80	37 ³⁵	246.5	10.61	12.3	22.9
	2015	182	КАША пшени. мол. см.с	210	23 ⁰¹	285.0	7.51	11.72	37.05
	2015	379	Кофейный напиток	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	2004	858	Фрукты	1	16	47.6	0.4	0.4	9.8
Итого за завтрак				550.0	89 ⁴²	679.7	21.69	27.1	85.65
Обед	2007	41	Суп рыбный	250	35 ⁴⁴	131.8	15.93	0.75	11.53
	2010	274	Мясо тушеное с овощ.	230	57 ³¹	315.57	26.73	21.06	18.61
	2013	516	Кисель	200	12 ⁰⁰	122.0	1.4	0	29.0
	Гол	Гол	Хлеб с валитеком	40	2 ⁹²	138.0	3.16	0.32	20.8
	Гол	Гол	Хлеб ржаной	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				1350.0	236 ⁰⁰	1515.62	71.67	49.68	178.55