

МЕНЮ

МКОУ «Яровская СОШ»

12.01.2026

УТВЕРЖДАЮ

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

День 1

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак <i>С 1-Ч КЛАСС</i>	2005	42	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	55	1066	158.8	6.38	5.63	20.1
	2004	461	Тортелли	80	4875	223.0	11.48	12.91	14.9
	2009	69	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	625	240.23	6.5	8.05	34.71
	2015	379	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК	200	1306	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гор	Гор	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	328	138.0	3.16	0.32	20.8
Итого за завтрак				555.0	82"	860.63	30.99	29.59	106.41
Завтрак <i>OBZ C 1-Ч КЛ</i>	2005	42	Сыр	15.	1575	54.6	3.48	4.43	0
	2015	181	КАША МАННАЯ МОЛОДАЯ	210	25"	251.0	6.11	10.72	32.38
	2015	379	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК	200	1306	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гор	Гор	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	328	138.0	3.16	0.32	20.8
	2004	858	Фрукты	4	821	47.0	0.4	0.4	9.8
Итого за завтрак				565.0	6530	591.2	16.32	18.55	78.88
обед	2004	110	БОРЩ	250	4810	106.0	2.0	5.2	13.1
	2004	461	Тортелли	80	4875	223.0	11.78	12.91	14.9
	2009	69	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	625	240.23	6.5	8.05	34.72
	2009	103	СОК	200	27"	94.0	0.8	0	23.0
	Гор	Гор	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	328	138.0	3.16	0.32	20.8
	ГУ	ГУ	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	30	237	68.55	2.76	0.45	12.96
Итого за обед				750.0	13420	829.74	25.91	25.58	113.65
ИТОГО				1315.0	200"	1420.94	42.23	44.13	192.56

МЕНЮ

МКОУ «Яровская СОШ»

12.01.2026

УТВЕРЖДАЮ

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

День 1

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак <i>C 5-11 КЛАСС</i>	2005	42	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	55	1066	158.8	6.38	5.63	20.1
	2004	461	Тортелли	100	6475	278.7	14.7	16.1	18.6
	2009	69	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	625	240.23	6.5	8.05	34.71
	2015	379	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК	200	1306	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гор	Гор	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	328	138.0	3.16	0.32	20.8
Итого за завтрак				575.0	98"	916.33	33.91	32.65	10.11
Завтрак <i>OBZ C 5-11 КЛ</i>	2005	42	Сыр	15	1575	54.6	3.48	4.43	0
	2015	181	КАША МАННАЯ МОЛОДАЯ	210	25"	251.0	6.11	10.72	32.38
	2015	379	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК	200	1306	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гор	Гор	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	328	138.0	3.16	0.32	20.8
	2004	858	Фрукты	4	2716	47.0	0.4	0.4	9.8
Итого за завтрак				565.0	8425	591.2	16.32	18.55	78.88
обед	2004	110	БОРЩ	250	4810	106.0	2.0	5.2	13.1
	2004	461	Тортелли	100	6475	278.7	14.7	16.1	18.6
	2009	69	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	625	240.23	6.5	8.05	34.71
	2009	103	СОК	200	27"	94.0	0.8	0	23.0
	Гор	Гор	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	328	138.0	3.16	0.32	20.8
	ГУ	ГУ	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	30	237	68.55	2.76	0.45	12.96
Итого за обед				800.0	15175	925.48	29.92	30.12	123.17
ИТОГО				1365.0	236"	1516.68	46.24	48.67	202.05