

МЕНЮ

МКОУ «Яровская СОШ»

12.01.2026

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МКОУ «Яровская СОШ»

Е.В.Мусиенко

День 1

Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак С 1-4 класс	2005	42	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	55	10 ⁶⁶	158.8	6.38	5.63	20.1
	2004	461	Техтели	80	48 ⁷⁵	223.0	11.78	12.91	14.9
	2009	69	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	6 ²⁵	240.23	6.5	8.05	34.71
	2015	379	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гол	Гол	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	3 ²⁸	138.0	3.16	0.32	20.8
Итого за завтрак				555.0	82 ¹¹	860.63	30.99	25.59	106.41
Завтрак ОВЗ с 1-4 кл	2005	42	Сыр	15	15 ⁷⁵	54.6	3.48	4.43	0
	2015	181	КАША МАННАЯ МОЛ	210	25 ¹¹	251.0	6.11	10.72	32.38
	2015	379	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гол	Гол	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	3 ²⁸	138.0	3.16	0.32	20.8
	2004	858	ФРУКТЫ	4	8 ²¹	47.0	0.4	0.4	9.8
Итого за завтрак				565.0	65 ³⁰	591.2	16.32	18.55	78.88
обед	2004	110	БОРЩ	250	48 ¹⁰	106.0	2.0	5.2	13.1
	2004	461	Техтели	80	48 ⁷⁵	223.0	11.78	12.91	14.9
	2009	69	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	5 ²⁰	200.19	5.41	6.7	28.92
	2009	103	СОК	200	27 ¹¹	94.0	0.8	0	23.0
	Гол	Гол	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	3 ²⁸	138.0	3.16	0.32	20.8
	Гол	Гол	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2 ³⁷	68.55	2.76	0.45	12.96
Итого за обед				750.0	134 ¹⁰	829.74	25.91	25.58	113.68
ИТОГО				1315.0	200 ¹¹	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	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак С 5-11 класс	2005	42	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	55	10 ⁶⁶	158.8	6.38	5.63	20.1
	2004	461	Техтели	100	64 ⁷⁵	278.7	14.7	16.1	18.6
	2009	69	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	6 ²⁵	240.23	6.5	8.05	34.71
	2015	379	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гол	Гол	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	3 ²⁸	138.0	3.16	0.32	20.8
Итого за завтрак				575.0	98 ¹¹	916.33	33.91	22.65	110.11
Завтрак ОВЗ с 5-11 кл	2005	42	Сыр	15	15 ⁷⁵	54.6	3.48	4.43	0
	2015	181	КАША МАННАЯ МОЛОЧ	210	25 ¹¹	251.0	6.11	10.72	32.38
	2015	379	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гол	Гол	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	3 ²⁸	138.0	3.16	0.32	20.8
	2004	858	ФРУКТЫ	4	2 ⁷¹	47.0	0.4	0.4	9.8
Итого за завтрак				565.0	84 ²⁵	591.2	16.32	18.55	78.88
обед	2004	110	БОРЩ	250	48 ¹⁰	106.0	2.0	5.2	13.1
	2004	461	Техтели	100	64 ⁷⁵	278.7	14.7	16.1	18.6
	2009	69	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	6 ²⁵	240.23	6.5	8.05	34.71
	2009	103	СОК	200	27 ¹¹	94.0	0.8	0	23.0
	Гол	Гол	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	3 ²⁸	138.0	3.16	0.32	20.8
	Гол	Гол	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2 ³⁷	68.55	2.76	0.45	12.96
Итого за обед				800.0	151 ⁷⁵	925.48	29.92	30.12	123.17
ИТОГО				1365.0	236 ¹¹	1516.68	46.24	43.67	202.05