

МЕНЮ

МКОУ «Троицкая СОШ №62»

13.01.2026

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ «Троицкая СОШ №62»

Е.В.Мусиенко

День 2

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак С 1-Ч КЛАСС	2016	57	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	100	93с	36.63	0	3.33	1.67
	1994	71	Котлеты запеченные	80	32 ⁸⁴	170.67	12.45	12.28	2.45
	2005	694	Пюре картофельное	180	21 ⁸⁰	164.7	3.67	5.76	24.53
	2007	377	Чай с лимоном	200	3 ⁸⁷	114.7	9.02	2.28	15.42
	Год/г	Год	Хлеб с валитеком, ржаной	100	14 ⁷⁹	180.0	4.52	0.58	29.12
Итого за завтрак				660.0	82~	667.7	29.7	24.23	73.19
Завтрак ОВЗ С 1-Ч КЛАСС	2004	337	Яйцо вареное	1-	9	63.0	5.1	4.6	0.3
	2004	161	Суп мол. скрупой	250	16 ¹⁴	165.5	6.03	1.28	21.04
	2009	103	Сок	200	27	94.0	0.8	0	23.0
	Год	Год	Хлеб с валитеком	40	3 ²⁸	138.0	3.16	0.32	20.8
	2015	338	Фрукты	1-	50 ¹⁷	141.76	2.26	0.76	28.5
Итого за завтрак				630.0	105 ⁵⁹	602.26	17.35	7.0	93.64
обед	2004	140	Суп карт. с м.изд	250	33 ²⁵	120.0	2.9	2.5	21.0
	1994	71	Кур котл. запеченные	80	32 ⁸⁴	170.67	12.45	12.28	2.45
	2005	694	Пюре картофельное	150	18 ²⁰	137.25	3.06	4.8	20.45
	2007	377	Чай с лимоном	200	3 ⁸⁷	114.7	9.02	2.28	15.42
	Год	Год	Хлеб с валитеком	50	9 ¹⁰	172.5	3.92	0.4	26.0
	95	95	Хлеб ржаной	30	2 ¹⁵	68.55	2.76	0.45	12.96
Итого за обед				760.0	94 ⁰¹	783.67	34.4	22.71	98.28
ИТОГО				1390.0	200	1385.93	51.46	29.71	191.92

МЕНЮ

МКОУ «Троицкая СОШ №62»

13.01.2026.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ «Троицкая СОШ №62»

Е.В.Мусиенко

День 2

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак С 5-И КЛАСС	2016	57	Салат из св. капусты	100	93с	36.63	0	3.33	1.67
	1994	71	Кур котл. запеченные	100	48 ⁵⁷	213.34	15.56	15.35	3.06
	2005	694	Пюре картофельное	180	21 ⁸⁰	164.7	3.67	5.76	24.53
	2007	377	Чай с лимоном	200	3 ⁸⁷	114.7	9.02	2.28	15.42
	Год	Год	Хлеб с валитеком, ржаной	100	14 ⁷⁹	180.0	4.52	0.58	29.12
Итого за завтрак				680.0	98~	709.37	32.77	27.3	73.8
Завтрак ОВЗ С 5-И КЛАСС	2004	337	Яйцо вареное	1-	9~	63.0	5.1	4.6	0.3
	2004	161	Суп мол. с крэпой	250	16 ¹⁴	165.5	6.03	1.28	21.04
	2009	103	Сок	200	27~	94.0	0.8	0	23.0
	Год	Год	Хлеб с валитеком	40	3 ²⁸	138.0	3.16	0.32	20.8
	2015	338	Фрукты	1-	66 ⁵⁷	141.76	2.26	0.76	28.5
Итого за завтрак				630.0	121 ⁹⁵	602.26	17.35	7.0	93.64
обед	2004	140	Суп карт. с м.изд. шамп.	250	33 ²⁵	120.0	2.9	2.5	21.0
	1994	71	Курин. котл. запечены	100	48 ⁸⁴	213.34	15.56	15.35	3.06
	2005	694	Пюре картофельное	180	21 ⁸⁰	164.7	3.67	5.76	24.53
	2007	377	Чай с лимоном	200	3 ⁸⁷	114.7	9.02	2.28	15.42
	Год	Год	Хлеб с валитеком	50	9 ¹⁰	172.5	3.92	0.4	26.0
	Год	Год	Хлеб ржаной	30	2 ¹⁵	68.55	2.76	0.45	12.96
Итого за обед				810.0	114 ⁰¹	853.79	37.83	26.74	102.97
ИТОГО				1440.0	236~	1456.05	55.18	33.74	197.61