

## МЕНЮ

МКОУ «Троицкая СОШ»

21.01.2026

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МКОУ «Троицкая СОШ»

Е.В.Мусиенко

День 8

Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак С 1-4 класс	2015	71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ	60	18 <sup>90</sup>	22.0	1.1	0.2	3.8
	1997	49	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	56 <sup>77</sup>	118.9	15.9	4.6	2.9
	2005	688	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	6 <sup>25</sup>	202.14	6.62	5.42	31.73
	2007	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5 <sup>65</sup>	114.7	9.2	2.28	15.42
	Гос / тс	Гос / тс	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ, РЖАН	60	5 <sup>43</sup>	180.0	4.52	0.58	29.12
Итого за завтрак				600.0	93 <sup>00</sup>	637.74	37.34	13.08	82.97
Завтрак ОВЗ с 1-4 класс	2004	337	ЯИЦО ВАРЕНОЕ	10	13	63.0	5.1	4.6	0.3
	2010	168	КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ	210	23 <sup>76</sup>	203.0	6.21	5.28	32.79
	2009	103	СОК	200	27 <sup>00</sup>	94.0	0.8	0	23.0
	Гос	Гос	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	3 <sup>28</sup>	138.0	3.16	0.32	20.8
	2015	338	ФРУКТЫ	10	33 <sup>55</sup>	68.26	0.6	0.46	14.7
Итого за завтрак				590	100 <sup>59</sup>	550.0	15.87	10.66	91.59
Итого за обед	2015	71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ	60	18 <sup>90</sup>	22.0	1.1	0.2	3.0
	2005	209	СУП КАРТОФ. С М. ФРИК.	200	32 <sup>41</sup>	81.0	1.87	2.26	13.31
	1997	49	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	56 <sup>77</sup>	118.9	15.9	4.6	2.9
	2005	688	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	6 <sup>25</sup>	168.45	5.52	4.52	26.45
	2007	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5 <sup>65</sup>	114.7	9.2	2.28	15.42
	Гос	Гос	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	3 <sup>28</sup>	138.0	3.16	0.32	20.8
Итого за обед	тс	тс	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2 <sup>15</sup>	68.55	2.76	0.45	12.96
				780.0	125 <sup>41</sup>	711.6	35.51	14.63	94.84
ИТОГО				1350.0	226 <sup>00</sup>	1261.8	53.38	25.29	186.43

## МЕНЮ

МКОУ «Троицкая СОШ»

21.01.2026

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МКОУ «Троицкая СОШ»

Е.В.Мусиенко

День 8

Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак С 5-11 класс	2015	71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ	60	18 <sup>90</sup>	22.0	1.1	0.2	3.8
	1997	49	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	73 <sup>77</sup>	138.0	19.08	5.52	3.48
	2005	688	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	6 <sup>25</sup>	202.14	6.62	5.42	31.73
	2007	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5 <sup>65</sup>	114.7	9.2	2.28	15.42
	Гос / тс	Гос / тс	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ, РЖАН	60	5 <sup>43</sup>	180.0	4.52	0.58	29.12
Итого за завтрак				600.0	110 <sup>00</sup>	656.84	40.52	14.0	83.55
Завтрак ОВЗ С 5-11 класс	2004	337	ЯИЦО ВАРЕНОЕ	10	13	63.0	5.1	4.6	0.3
	2010	168	КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВ	210	23 <sup>76</sup>	203.0	6.21	5.28	32.79
	2009	103	СОК	200	27 <sup>00</sup>	94.0	0.8	0	23.0
	Гос	Гос	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	3 <sup>28</sup>	138.0	3.16	0.32	20.8
	2015	338	ФРУКТЫ	10	55 <sup>55</sup>	68.26	0.6	0.46	14.7
Итого за завтрак				590.0	122 <sup>55</sup>	550.0	15.87	10.66	91.59
Итого за обед	2015	71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ	60	18 <sup>90</sup>	22.0	1.1	0.2	3.8
	2005	209	СУП КАРТОФ. С М. ФРИК.	250	32 <sup>41</sup>	148.5	7.29	5.7	17.0
	1997	49	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	73 <sup>77</sup>	138.0	19.08	5.52	3.48
	2009	69	МАКАРОНЫ ОТВАРН	180	6 <sup>25</sup>	240.23	6.5	8.05	34.71
	2007	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5 <sup>65</sup>	114.7	9.2	2.28	15.42
	Гос	Гос	ХЛЕБ С ВАЛИТЕКОМ	40	3 <sup>28</sup>	138.0	3.16	0.32	20.8
Итого за обед	тс	тс	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2 <sup>15</sup>	68.55	2.76	0.45	12.96
				880.0	142 <sup>41</sup>	870.0	45.09	22.52	108.17
ИТОГО				1470.0	265 <sup>00</sup>	1419.98	64.96	33.18	199.76