

## МЕНЮ

МКОУ «Троицкая СОШ №62»

22.01.2026.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ «Троицкая СОШ №62»

Е.В.Мусиенко

День 9

Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак С 1-4 класс	2004	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	17 <sup>02</sup>	159.2	2.9	9.4	20.2
	2007	290	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	80	50 <sup>61</sup>	206.6	10.2	17.9	1.12
	2009	64	Рис отварной	180	10 <sup>03</sup>	257.0	4.28	7.97	35.03
	РЦ	4	Кисель витаминизир	200	12 <sup>-</sup>	95.0	0	0	24.0
	Гон	Гон	Хлеб с витамин.	40	3 <sup>28</sup>	138.0	3.16	0.32	20.8
Итого за завтрак				550.0	93 <sup>-</sup>	855.8	20.54	35.89	101.15
Завтрак ООЗ с 1-4 кл.	2005	42	Сыр	30	31 <sup>50</sup>	109.2	7.0	8.86	0
	2004	161	Суп молочный с м.изд	200	15 <sup>33</sup>	183.5	7.25	6.85	23.21
	2009	103	Сок	200	27 <sup>-</sup>	94.0	0.8	0	23.0
	Гон	Гон	Хлеб с валитеком	50	4 <sup>10</sup>	172.5	3.92	0.4	26.0
	2004	858	Фрукты	4	28 <sup>40</sup>	47.0	0.4	0.4	9.8
Итого за завтрак				550.0	106 <sup>33</sup>	606.2	19.37	16.51	82.01
обед	2004	27	Щи из св. капусты	250	40 <sup>99</sup>	88.0	2.0	4.3	18.0
	2007	290	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	80	50 <sup>61</sup>	206.6	10.2	17.9	1.12
	2009	64	Рис отварной	180	10 <sup>03</sup>	257.0	4.28	7.97	35.03
	РЦ	4	Кисель витаминиз	200	12 <sup>-</sup>	95.0	0	0	24.0
	Гон	Гон	Хлеб с валитеком	40	3 <sup>28</sup>	138.0	3.16	0.32	20.8
	Гон	Гон	Хлеб ржаной	30	2 <sup>15</sup>	68.55	2.76	0.45	12.96
Итого за обед				780.0	119 <sup>12</sup>	853.15	22.4	30.97	103.91
ИТОГО				1330.0	226 <sup>-</sup>	1459.35	41.77	47.45	185.92

## МЕНЮ

МКОУ «Троицкая СОШ №62»

22.01.2026.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ «Троицкая СОШ №62»

Е.В.Мусиенко

День 9

Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак С 5-11 класс	2004	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	17 <sup>02</sup>	159.2	2.9	9.4	20.2
	2007	290	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	100	67 <sup>61</sup>	258.34	12.75	22.95	1.4
	2009	64	Рис отварной	180	10 <sup>03</sup>	257.0	4.28	7.97	35.03
	РЦ	4	Кисель витаминизир	200	12 <sup>-</sup>	95.0	0	0	24.0
	Гон	Гон	Хлеб с валитеком	40	3 <sup>28</sup>	138.0	3.16	0.32	20.8
Итого за завтрак				570.0	110 <sup>-</sup>	907.54	23.09	40.64	101.43
Завтрак ООЗ с 5-11 кл.	2005	42	Сыр	30	31 <sup>50</sup>	109.2	7.0	8.86	0
	2004	161	Суп молочн. с м.изд	200	15 <sup>33</sup>	183.5	7.25	6.85	23.21
	2009	103	Сок	200	27 <sup>-</sup>	94.0	0.8	0	23.0
	Гон	Гон	Хлеб с валитеком	50	4 <sup>10</sup>	172.5	3.92	0.4	26.0
	2004	858	Фрукты	4	52 <sup>55</sup>	47.0	0.4	0.4	9.8
Итого за завтрак				550.0	131 <sup>03</sup>	606.2	19.37	16.51	82.01
обед	2004	27	Щи из св. капусты	250	40 <sup>99</sup>	88.0	2.0	4.3	18.0
	2007	290	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	100	67 <sup>61</sup>	258.34	12.75	22.95	1.4
	2009	64	Рис отварной	180	10 <sup>03</sup>	257.0	4.28	7.97	35.03
	РЦ	4	Кисель витаминиз	200	12 <sup>-</sup>	95.0	0	0	24.0
	Гон	Гон	Хлеб с валитеком	40	3 <sup>28</sup>	138.0	3.16	0.32	20.8
Итого за обед				770.0	133 <sup>97</sup>	836.34	22.19	38.54	91.23
ИТОГО				1320.0	265 <sup>-</sup>	1442.54	41.56	52.05	173.24