

## МЕНЮ

МКОУ «Троицкая СОШ №62»

22.01.2026.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ «Троицкая СОШ №62»

Е.В.Мусиенко

День 9

Прием пищи	Раздел	№ рец.	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 ТУШЕННАЯ	80	50 <sup>67</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
	РУ.	4	Кисель витаминизир	200	12 <sup>00</sup>	95,0	0	0	24,0
	Гор.	Гор.	Хлеб с витамин.	40	3 <sup>28</sup>	138,0	3,16	0,32	20,8
Итого за завтрак				550,0	93 <sup>00</sup>	855,8	20,54	35,89	101,15
Завтрак 003 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>00</sup>	94,0	0,8	0	23,0
	Гор.	Гор.	Хлеб с витамином	50	4 <sup>10</sup>	172,5	3,92	0,4	26,0
	2004	858	Фрукты	60	28 <sup>40</sup>	47,0	0,4	0,4	9,8
Итого за завтрак				550,0	106 <sup>55</sup>	606,2	19,37	16,51	82,01
обед	2004	27	Лапша из суп. капусты	250	40 <sup>99</sup>	88,0	2,0	4,3	10,0
	2007	290	Птица тушеная	80	50 <sup>67</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
	РУ.	4	Кисель витаминизир	200	12 <sup>00</sup>	95,0	0	0	24,0
	Гор.	Гор.	Хлеб с витамином	40	3 <sup>28</sup>	138,0	3,16	0,32	20,8
	Гор.	Гор.	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	30,94	103,91
ИТОГО				1330,0	226 <sup>00</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	№ рец.	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 ТУШЕННАЯ	100	67 <sup>67</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
	РУ.	4	Кисель витаминизир	200	12 <sup>00</sup>	95,0	0	0	24,0
	Гор.	Гор.	Хлеб с витамином	40	3 <sup>28</sup>	138,0	3,16	0,32	20,8
Итого за завтрак				570,0	110 <sup>00</sup>	907,54	23,05	40,64	101,93
Завтрак 003 с 5-11 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>00</sup>	94,0	0,8	0	23,0
	Гор.	Гор.	Хлеб с витамином	50	4 <sup>10</sup>	172,5	3,92	0,4	26,0
	2004	858	Фрукты	60	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	Лапша из суп. капусты	250	40 <sup>99</sup>	88,0	2,0	4,3	10,0
	2007	290	Птица тушеная	100	67 <sup>67</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
	РУ.	4	Кисель витаминизир	200	12 <sup>00</sup>	95,0	0	0	24,0
	Гор.	Гор.	Хлеб с витамином	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	35,54	91,23
ИТОГО				1320,0	265 <sup>00</sup>	1442,54	41,56	52,05	173,24