

## МЕНЮ

МКОУ «Троицкая СОШ №62»

05.02.2026

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	16 <sup>53</sup>	159.2	2.9	9.4	20.2
	2007	290	Птица тушеная	80	50 <sup>42</sup>	206.6	10.2	17.9	1.12
	2009	64	Рис отварной	180	10 <sup>66</sup>	257.0	4.28	7.97	35.03
	РЦ	4	Кисель витаминизир	200	12 <sup>11</sup>	95.0	0	0	24.0
	Гол	Гол	Хлеб витаминизиров	40	3 <sup>22</sup>	133.0	3.16	0.32	20.8
Итого за завтрак				550.0	93 <sup>11</sup>	855.8	20.54	35.59	101.15
Завтрак 063	2005	42	Сыр	30	31 <sup>00</sup>	109.2	7.0	8.86	0
	2004	161	Суп молочный с м. изд	200	15 <sup>22</sup>	133.5	7.25	6.85	23.21
	2009	103	Сок	200	28 <sup>11</sup>	94.0	0.8	0	23.0
	Гол	Гол	Хлеб с валитеком	50	4 <sup>10</sup>	172.5	3.92	0.4	26.0
	2004	358	Фрукты	1	13 <sup>22</sup>	47.0	0.4	0.4	9.8
Итого за завтрак				550.0	97 <sup>15</sup>	606.2	19.37	16.51	82.01
обед	2004	27	Щи из св. капусты	250	49 <sup>53</sup>	88.0	2.0	4.3	10.0
	2007	290	Птица тушеная	80	50 <sup>42</sup>	206.6	10.2	17.9	1.12
	2009	64	Рис отварной	180	10 <sup>66</sup>	257.0	4.28	7.97	35.03
	РЦ	4	Кисель витаминиз	200	12 <sup>11</sup>	95.0	0	0	24.0
	Гол	Гол	Хлеб с валитеком	40	3 <sup>22</sup>	133.0	3.16	0.32	20.8
	Гол	Гол	Хлеб ржаной	30	2 <sup>15</sup>	63.55	2.76	0.45	12.96
Итого за обед				780.0	128 <sup>15</sup>	853.15	22.4	30.94	103.91
ИТОГО				1330.0	226 <sup>11</sup>	1459.35	41.77	47.45	155.92

## МЕНЮ

МКОУ «Троицкая СОШ №62»

05.02.2026

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-И класс	2004	1	Бутерброд с маслом	50	16 <sup>53</sup>	159.2	2.9	9.4	20.2
	2007	290	Птица тушеная	100	67 <sup>42</sup>	258.34	12.75	22.95	1.4
	2009	64	Рис отварной	180	10 <sup>66</sup>	257.0	4.28	7.97	35.03
	РЦ	4	Кисель витаминиз	200	12 <sup>11</sup>	95.0	0	0	24.0
	Гол	Гол	Хлеб с валитеком	40	3 <sup>22</sup>	133.0	3.16	0.32	20.8
Итого за завтрак				570.0	110 <sup>11</sup>	907.54	23.09	40.64	101.93
Завтрак 063 С 5-И класс	2005	42	Сыр	30	31 <sup>00</sup>	109.2	7.0	3.86	0
	2004	161	Суп молочный с м. из	200	15 <sup>22</sup>	133.5	7.25	6.85	23.21
	2009	103	Сок	200	28 <sup>11</sup>	94.0	0.8	0	23.0
	Гол	Гол	Хлеб с валитеком	50	4 <sup>10</sup>	172.5	3.92	0.4	26.0
	2004	358	Фрукты	1	42 <sup>12</sup>	47.0	0.4	0.4	9.8
Итого за завтрак				550.0	122 <sup>11</sup>	606.2	19.37	16.51	82.01
обед	2004	27	Щи из св. капусты	250	49 <sup>53</sup>	88.0	2.0	4.3	10.0
	2007	290	Птица тушеная	100	67 <sup>42</sup>	258.34	12.75	22.95	1.4
	2009	64	Рис отварной	180	10 <sup>66</sup>	257.0	4.28	7.97	35.03
	РЦ	4	Кисель витаминиз	200	12 <sup>11</sup>	95.0	0	0	24.0
	Гол	Гол	Хлеб с валитеком	40	3 <sup>22</sup>	133.0	3.16	0.32	20.8
Итого за обед				770.0	143 <sup>11</sup>	836.34	22.19	35.54	91.23
ИТОГО				1320.0	265 <sup>11</sup>	1442.54	41.56	52.05	173.24