

МЕНЮ

МКОУ «Троицкая СОШ №62»

12.03.2026

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ «Троицкая СОШ №62»

Е.В.Мусиенко

День 4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак с 1-4 класс	2015	71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ	60	17 ⁵⁵	22.0	1.1	0.2	3.8
	2007	290	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	80	48 ⁵²	206.6	10.2	17.9	1.12
	2005	679	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	98 ⁹	230.45	7.46	5.61	35.84
	Госг	72	НАПИТОК ВИТАМИН, ВИТОН	200	11 ²⁰	75.0	0	0	19.0
	Госг	Госг	ХЛЕБ ВИТАМИН., РЖАН	70	5 ³⁴	156.25	5.41	0.77	32.32
Итого за завтрак				560.0	93 ¹	690.3	24.17	24.48	92.08
Завтрак 003 с 1-4 класс	2015	182	КАША МОЛОЧН, РИСОВ	210	25 ¹¹	251.0	5.1	10.72	33.42
	2015	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	Госг	Госг	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИР	50	4 ¹⁰	172.5	3.92	0.4	26.0
	2004	858	ФРУКТЫ	10	38 ³⁵	47.0	0.4	0.4	9.8
	Итого за завтрак				560.0	80 ⁶¹	571.1	12.59	14.2
обед	2015	71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ	60	17 ⁵⁵	22.0	1.1	0.2	3.8
	2004	139	СУП ГОРХОВЫЙ	200	52 ¹⁰	107.8	4.39	4.22	13.06
	2007	290	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	80	48 ⁵²	206.6	10.2	17.9	1.12
	2005	679	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	98 ⁹	230.45	7.46	5.61	35.84
	2015	72	НАПИТОК ВИТАМИНИЗ	200	11 ²⁰	75.0	0	0	19.0
	Госг	Госг	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИР	40	3 ²⁸	138.0	3.16	0.32	20.8
	Госг	Госг	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2 ¹⁵	68.55	2.70	0.45	12.96
Итого за обед				760	145 ⁴⁵	348.4	29.07	28.7	106.58
ИТОГО				1320.0	226 ¹	1419.5	41.66	42.9	191.7

МЕНЮ

МКОУ «Троицкая СОШ №62»

12.03.2026

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ «Троицкая СОШ №62»

Е.В.Мусиенко

День 4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак с 5-И класс	2015	71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ	60	17 ⁵⁵	22.0	1.1	0.2	3.8
	2007	290	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	100	63 ⁵⁴	258.3	12.75	22.48	1.4
	2005	679	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	118 ⁷	276.53	8.95	6.73	43.0
	Госг	72	НАПИТОК ВИТАМИН, ВИТОН	200	11 ²⁰	75.0	0	0	19.0
	Госг	Госг	ХЛЕБ ВИТАМИН., РЖАНОЙ	70	5 ³⁴	156.25	5.41	0.77	32.32
Итого за завтрак				610.0	110 ⁵	788.08	28.21	30.15	99.62
Завтрак 003 с 5-И класс	2015	182	КАША МОЛОЧНАЯ РИС	210	25 ¹¹	251.0	5.1	10.72	33.42
	2015	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	Госг	Госг	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИР	50	4 ¹⁰	172.5	3.92	0.4	26.0
	2004	858	ФРУКТЫ	10	60 ³⁵	47.0	0.4	0.4	9.8
	Итого за завтрак				560.0	102 ⁹¹	571.1	12.59	14.2
обед	2015	71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ	60	17 ⁵⁵	22.0	1.1	0.2	3.8
	2004	139	СУП ГОРХОВЫЙ	200	52 ¹⁰	107.8	4.39	4.22	13.06
	2007	290	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	100	63 ⁵⁴	258.3	12.75	22.48	1.4
	2005	679	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	118 ⁷	276.53	8.95	6.73	43.0
	Госг	72	НАПИТОК ВИТАМИНИЗ	200	11 ²⁰	75.0	0	0	19.0
	Госг	Госг	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИР	40	3 ²⁸	138.0	3.16	0.32	20.8
	Госг	Госг	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2 ¹⁵	68.55	2.70	0.45	12.96
Итого за обед				310.0	102 ⁰⁵	396.18	33.11	34.37	114.02
ИТОГО				1370.0	205 ⁰	1517.26	45.7	48.57	199.14