

МЕНЮ

МКОУ «Троицкая СОШ №62»

13.04.2026

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ «Троицкая СОШ №62»

Е.В.Мусиенко

День 1

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак С 1-Класс	2005	42	Бутерброд с сыром	55	21 ⁶⁷	158.8	6.38	5.63	20.1
	2004	461	Тертели	80	48 ⁷⁴	223.0	11.78	12.91	14.9
	2009	69	Макаронны отварные	180	6 ²⁵	240.23	6.5	8.05	34.71
	2015	379	Кофейный напиток	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гост	Гост	Хлеб витаминизир	40	3 ²⁸	138.0	3.16	0.32	20.8
Итого за завтрак				550.0	93	860.63	30.99	29.59	106.41
Завтрак 003 С 1-Класс	2005	42	Сыр	15	15 ⁷⁵	54.6	3.48	4.43	0
	2015	181	Каша манная молочн	210	25	251.0	6.11	10.72	32.38
	2015	379	Кофейный напиток	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гост	Гост	Хлеб витаминизир	40	3 ²⁸	138.0	3.16	0.32	20.8
	2004	858	Фрукты	1	33 ⁴³	47.0	0.4	0.4	9.8
Итого за завтрак				565.0	90 ⁵²	591.2	16.32	18.55	78.88
обед	2004	110	Борщ	250	48 ¹⁰	106.0	2.0	5.2	13.1
	2004	461	Тертели	80	48 ⁷⁴	223.0	11.78	12.91	14.9
	2009	69	Макаронны отварные	180	5 ²¹	200.19	5.41	6.1	28.92
	2009	103	Сок	200	28	94.0	0.8	0	23.0
	Гост	Гост	Хлеб витаминизир	40	3 ²⁸	138.0	3.16	0.32	20.8
	Гост	Гост	Хлеб ржаной	30	2 ¹⁵	68.55	2.76	0.45	12.96
	Итого за обед				700.0	135 ⁴⁸	829.74	25.91	25.58
ИТОГО				1315.0	226	1420.94	42.23	44.13	192.56

МЕНЮ

МКОУ «Троицкая СОШ №62»

13.04.2026

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ «Троицкая СОШ №62»

Е.В.Мусиенко

День 1

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак С 5-Класс	2005	42	Бутерброд с сыром	55	21 ⁶⁷	158.8	6.38	5.63	20.1
	2004	461	Тертели	100	65 ⁷⁴	278.7	14.7	16.1	18.6
	2009	69	Макаронны отварные	180	6 ²⁵	240.23	6.5	8.05	34.71
	2015	379	Кофейный напиток	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гост	Гост	Хлеб витаминизир	40	3 ²⁸	138.0	3.16	0.32	20.8
Итого за завтрак				575.0	110.0	916.33	33.91	72.65	110.11
Завтрак 003 С 5-Класс	2005	42	Сыр	15	15 ⁷⁵	54.6	3.48	4.43	0
	2015	181	Каша манная молочн	210	25	251.0	6.11	10.72	32.38
	2015	379	Кофейный напиток	200	13 ⁰⁶	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гост	Гост	Хлеб витаминизир	40	3 ²⁸	138.0	3.16	0.32	20.8
	2004	858	Фрукты	1	54 ³⁹	47.0	0.4	0.4	9.8
Итого за завтрак				565.0	111 ⁴³	591.2	16.32	18.55	78.88
обед	2004	110	Борщ	250	48 ¹⁰	106.0	2.0	5.2	13.1
	2004	461	Тертели	100	65 ⁷⁴	278.7	14.7	16.1	18.6
	2009	69	Макаронны отварные	180	6 ²⁵	240.23	6.5	8.05	34.71
	2009	103	Сок	200	28	94.0	0.8	0	23.0
	Гост	Гост	Хлеб витаминизир	40	3 ²⁸	138.0	3.16	0.32	20.8
	Гост	Гост	Хлеб ржаной	30	2 ¹⁵	68.55	2.76	0.45	12.96
	Итого за обед				800.0	153 ⁵²	925.48	29.92	30.12
ИТОГО				1365.0	265	1516.68	46.24	48.67	202.03