

# МЕНЮ

МКОУ «Троицкая СОШ №62»

14.04.2025

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ «Троицкая СОШ №62»

Е.В.Мусиенко

День 2

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак с 1-4 класс	1997	49	Рыба запеченная	90	46 <sup>32</sup>	103.5	14.31	4.14	2.61
	2005	694	Пюре картофельное	150	17 <sup>58</sup>	137.25	3.06	4.8	20.45
	2009	74	Капуста тушеная	100	19 <sup>56</sup>	72.57	1.58	3.82	4.69
	2007	377	Чай с лимоном	200	3 <sup>37</sup>	114.7	9.02	2.28	15.42
	Гол	Гол	Хлеб витамин., ржаной	60	5 <sup>66</sup>	180.0	4.52	0.58	29.12
Итого за завтрак				600.0	93 <sup>7</sup>	608.02	32.49	15.62	72.29
Завтрак ОВЗ с 1-4 класс	2004	337	Яйцо вареное	1	13	63.0	5.1	4.6	0.3
	2004	161	Суп молочн. с крупой	250	16 <sup>14</sup>	165.5	6.03	1.28	21.04
	2009	103	Сок	200	28	34.0	0.8	0	23.0
	Гол	Гол	Хлеб витаминизир	40	2 <sup>80</sup>	138.0	3.16	0.32	20.8
	2015	338	Фрукты	1	39 <sup>15</sup>	141.76	2.26	0.76	28.5
Итого за завтрак				630	99 <sup>09</sup>	602.26	17.35	7.0	93.64
обед	2004	140	Суп картоф с м. из	250	48 <sup>40</sup>	120.0	2.9	2.5	21.0
	1997	49	Рыба запеченная	90	46 <sup>32</sup>	103.5	14.31	4.14	2.61
	2005	694	Пюре картофельное	150	21 <sup>34</sup>	164.7	3.67	5.76	24.53
	2007	377	Чай с лимоном	200	3 <sup>37</sup>	114.7	9.02	2.28	15.42
	Гол	Гол	Хлеб витаминизир	50	3 <sup>00</sup>	172.5	3.92	0.4	26.0
	Гол	Гол	Хлеб ржаной	30	2 <sup>58</sup>	68.55	2.76	0.45	12.96
Итого за обед				760.0	126 <sup>91</sup>	743.95	35.58	15.53	102.52
ИТОГО				1390.0	226 <sup>7</sup>	1346.21	53.93	22.53	196.16

# МЕНЮ

МКОУ «Троицкая СОШ №62»

14.04.2026

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ «Троицкая СОШ №62»

Е.В.Мусиенко

День 2

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак с 5-11 класс	1997	49	Рыба запеченная	120	63 <sup>33</sup>	138.0	19.08	5.52	3.48
	2005	694	Пюре картофельное	150	17 <sup>58</sup>	137.25	3.06	4.8	20.45
	2009	74	Капуста тушеная	100	19 <sup>56</sup>	72.57	1.58	3.82	4.69
	2007	377	Чай с лимоном	200	3 <sup>37</sup>	114.7	9.02	2.28	15.42
	Гол	Гол	Хлеб витамин., ржаной	60	5 <sup>66</sup>	180.0	4.52	0.58	29.12
Итого за завтрак				630.0	110 <sup>7</sup>	642.52	37.26	17.0	73.16
Завтрак ОВЗ с 5-11 кл.	2004	337	Яйцо вареное	1	13	63.0	5.1	4.6	0.3
	2004	161	Суп мол. с крупой	250	16 <sup>14</sup>	165.5	6.03	1.28	21.04
	2009	103	Сок	200	28	34.0	0.8	0	23.0
	Гол	Гол	Хлеб витаминизир	40	2 <sup>80</sup>	138.0	3.16	0.32	20.8
	2015	338	Фрукты	1	61 <sup>14</sup>	141.76	2.26	0.76	28.5
Итого за завтрак				630.0	121 <sup>05</sup>	602.26	17.35	7.0	97.64
обед	2004	140	Суп картоф с м. из	250	48 <sup>40</sup>	120.0	2.9	2.5	21.0
	1997	49	Рыба запеченная	120	63 <sup>33</sup>	138.0	19.08	5.52	3.48
	2005	694	Пюре картофельное	180	21 <sup>34</sup>	164.7	3.67	5.76	24.53
	2007	377	Чай с лимоном	200	3 <sup>37</sup>	114.7	9.02	2.28	15.42
	Гол	Гол	Хлеб с валитехом	50	3 <sup>50</sup>	172.5	3.92	0.4	26.0
	Гол	Гол	Хлеб ржаной	30	2 <sup>58</sup>	68.55	2.76	0.45	12.96
Итого за обед				830.0	143 <sup>92</sup>	778.45	41.35	16.91	103.39
ИТОГО				1460.0	265 <sup>7</sup>	1380.71	58.7	23.91	197.05