

# МЕНЮ

МКОУ «Троицкая СОШ №62»

27.04.2026

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 1-4 класса	2005	42	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	55	21 <sup>62</sup>	158.8	6.38	5.63	20.1
	2004	461	Тертели	80	48 <sup>70</sup>	223.0	11.78	12.91	14.9
	2009	69	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	6 <sup>29</sup>	240.23	6.5	8.05	34.71
	2015	379	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК	200	13 <sup>06</sup>	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гос	Гос	Хлеб с валитеком	40	3 <sup>28</sup>	138.0	3.16	0.32	20.8
Итого за завтрак				555.0	93 <sup>7</sup>	880.63	30.99	29.59	106.41
Завтрак ОВЗ с 1-4 класса	2005	42	Сыр	15	15 <sup>70</sup>	54.6	3.48	4.43	0
	2015	181	КАША МАННАЯ МОЛ.СН	210	25 <sup>77</sup>	251.0	6.11	10.72	32.38
	2015	379	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК	200	13 <sup>06</sup>	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гос	Гос	Хлеб с валитеком	40	3 <sup>28</sup>	138.0	3.16	0.32	20.8
	2004	858	ФРУКТЫ	4	34 <sup>44</sup>	47.0	0.4	0.4	9.8
Итого за завтрак				565.0	91 <sup>53</sup>	591.2	16.32	18.53	78.88
обед	2004	110	БОРЩ	250.0	48 <sup>10</sup>	106.0	2.0	5.2	13.1
	2004	461	Тертели	80	48 <sup>70</sup>	223.0	11.78	12.91	14.9
	2009	69	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	6 <sup>29</sup>	200.19	5.41	6.7	28.92
	2009	103	СОК	200	27 <sup>77</sup>	94.0	0.8	0	23.0
	Гос	Гос	Хлеб витаминизиро	40	3 <sup>28</sup>	138.0	3.16	0.32	20.8
	Гос	Гос	Хлеб ржаной	30	2 <sup>15</sup>	68.55	2.76	0.45	12.96
	Итого за обед				750.0	124 <sup>44</sup>	829.74	25.91	25.58
ИТОГО				1315.0	226 <sup>77</sup>	1420.94	42.23	44.13	192.56

# МЕНЮ

МКОУ «Троицкая СОШ №62»

27.01.2026

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 5-11 класса	2005	42	Сыр, БУТЕРБРОД	55	21 <sup>62</sup>	158.8	6.38	5.63	20.1
	2004	461	Тертели	100	65 <sup>70</sup>	278.7	14.7	16.1	18.6
	2009	69	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	6 <sup>29</sup>	240.23	6.5	8.05	34.71
	2015	379	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК	200	13 <sup>06</sup>	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гос	Гос	Хлеб витаминизиро	40	3 <sup>28</sup>	138.0	3.16	0.32	20.8
Итого за завтрак				575.0	110 <sup>77</sup>	916.33	33.91	32.65	110.11
Завтрак ОВЗ с 5-11 класса	2005	42	Сыр	15	15 <sup>70</sup>	54.6	3.48	4.43	0
	2015	181	КАША МАННАЯ МОЛОЧН	210	25 <sup>77</sup>	251.0	6.11	10.72	32.38
	2015	379	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК	200	13 <sup>06</sup>	100.6	3.17	2.68	15.9
	Гос	Гос	Хлеб витаминизир.	40	3 <sup>28</sup>	138.0	3.16	0.32	20.8
	2004	858	ФРУКТЫ	4	35 <sup>39</sup>	47.0	0.4	0.4	9.8
Итого за завтрак				565.0	112 <sup>48</sup>	591.2	16.32	18.55	78.88
обед	2004	110	БОРЩ	250.0	48 <sup>10</sup>	106.0	2.0	5.2	13.1
	2004	461	Тертели	100	65 <sup>70</sup>	278.7	14.7	16.1	18.6
	2009	69	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	6 <sup>29</sup>	240.23	6.5	8.05	34.71
	2009	103	СОК	200	27 <sup>77</sup>	94.0	0.8	0	23.0
	Гос	Гос	Хлеб витаминизир	40	3 <sup>28</sup>	138.0	3.16	0.32	20.8
	Гос	Гос	Хлеб ржаной	30	2 <sup>15</sup>	68.55	2.76	0.45	12.96
	Итого за обед				800.0	152 <sup>52</sup>	925.48	29.92	30.12
ИТОГО				1365.0	265 <sup>77</sup>	1516.63	46.24	43.67	202.05