

МЕНЮ

МКОУ «Троицкая СОШ №62»

30.04.2026

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 | 9 ³⁹ | 230.45 | 7.46 | 5.61 | 35.84 |
| | Госг | 72 | НАПИТОК ВИТАМИН. ВИТА | 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 | 650.8 | 24.17 | 24.48 | 92.08 |
| Завтрак ОВЗ С 1-4 класс | 2015 | 132 | КАША МОЛОЧН. РИСОВ | 210 | 25 ⁷⁷ | 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 | 100 | 38 ⁷⁵ | 47.0 | 0.4 | 0.4 | 9.8 |
| | | | | | 560.0 | 80 ⁹¹ | 571.1 | 12.59 | 14.2 |
| Итого за завтрак | | | | | | | | | |
| обед | 2015 | 71 | ОВОЩИ СВЕЖИЕ | 60 | 17 ⁵⁵ | 22.0 | 1.1 | 0.2 | 3.8 |
| | 2004 | 135 | СУП ГОРХОБЫЙ | 200 | 52 ⁵⁰ | 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 | 9 ³⁹ | 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 ²³ | 138.0 | 3.16 | 0.32 | 20.8 |
| | Госг | Госг | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2 ¹⁵ | 68.55 | 2.76 | 0.45 | 12.96 |
| Итого за обед | | | | 760 | 145 ⁰⁵ | 348.4 | 29.07 | 28.7 | 106.58 |
| ИТОГО | | | | 1320.0 | 226 ⁷ | 1419.5 | 41.66 | 42.9 | 191.7 |

МЕНЮ

МКОУ «Троицкая СОШ №62»

30.04.2026.

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 | 22.45 | 1.4 |
| | 2005 | 679 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ | 180 | 11 ⁵⁷ | 276.53 | 8.95 | 6.73 | 43.0 |
| | Госг | 72 | НАПИТОК ВИТАМИН. ВИТА | 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 | 738.08 | 28.21 | 30.15 | 99.62 |
| Завтрак ОВЗ С 5-И класс | 2015 | 132 | КАША МОЛОЧНАЯ РИС | 210 | 25 ⁷⁷ | 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 | 100 | 38 ⁷⁵ | 47.0 | 0.4 | 0.4 | 9.8 |
| | | | | | 560.0 | 102 ⁹¹ | 571.1 | 12.59 | 14.2 |
| Итого за завтрак | | | | | | | | | |
| обед | 2015 | 71 | ОВОЩИ СВЕЖИЕ | 60 | 17 ⁵⁵ | 22.0 | 1.1 | 0.2 | 3.8 |
| | 2004 | 135 | СУП ГОРХОБЫЙ | 200 | 52 ⁵⁰ | 107.8 | 4.39 | 4.22 | 13.06 |
| | 2007 | 290 | ПТИЦА ТУШЕНАЯ | 100 | 63 ⁵⁴ | 258.3 | 12.75 | 22.45 | 1.4 |
| | 2005 | 679 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ | 180 | 11 ⁵⁷ | 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 ²³ | 138.0 | 3.16 | 0.32 | 20.8 |
| | Госг | Госг | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2 ¹⁵ | 68.55 | 2.76 | 0.45 | 12.96 |
| Итого за обед | | | | 310.0 | 102 ⁰⁵ | 346.18 | 33.11 | 34.37 | 114.02 |
| ИТОГО | | | | 1370.0 | 265.0 | 1577.28 | 45.7 | 48.87 | 194.14 |