



Школа	МБОУ Междуреченская СОШ Льготная категория 6-11 лет				День				01.04.2025
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	191	Запеканка " Царская " из творога со сгущенным молоком	200	52,78	285	10,5	13,2	31
	гор.напиток	494	Чай с сахаром	200	3,72	51	0,1	0	12,6
	хлеб	108	Бутерброд	40	12,56	122	6,3	4,1	14,9
			Фрукт	100	16,94	42	0,2	0	10,2
			Итого за завтрак:		86,00				
Обед	закуска	150	Кукуруза консервированная	80	10,46	33	0,8	0,1	7,2
			Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	265	23,75	104	4,1	6,3	7,8
	1 блюдо	381							
	2 блюдо	416	Рыба тушеная в томате с овощами	150	59,64	183	15,2	11,3	5,1
	гарнир	520	Картофельное пюре	150	11,06	132	3,3	3,3	22,3
	сладкое	108	Кисель из клюквы	200	17,87	107	0,3	0	26,5
	хлеб бел.	116	Хлеб пшеничный	40	2,91	77	1	0	18
	хлеб черн.		хлеб ржано- пшеничный	40	3,31	69	1	1	15
			Итого за обед:	850	129,00	938	36	37	116
			Итого:	1332	215,00	1387	52	50	188

Школа	МБОУ Междуреченская СОШ Одноразовое горячее питание 1-4 классы(1 смена)				День				01.04.2025
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание	гор.блюдо	264	Рыба тушеная в томате с овощами	150	59,64	183	15,2	11,3	5,1
	гор.блюдо	100	Картофельное пюре	150	11,06	132	3,3	3,3	22,3
	сладкое	494	Чай с сахаром,лимоном	200	3,72	51	0,1	0	12,6
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	40	2,91	77	0,8	0,4	17,6
			Сыр полутвердый	12	8,67	140	2,9	3,2	25
			Итого за гор.питание:	507	86,00	583	17	30	82,6

Школа	МБОУ Междуреченская СОШ Одноразовое горячее питание 1-4 классы(2 смена)				День				01.04.2025
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание	гор.блюдо	264	Рыба тушеная в томате с овощами	150	59,64	183	15,2	11,3	
	гор.блюдо	100	Картофельное пюре	150	11,06	132	3,3	3,3	5,1
	хлеб черн.		хлеб ржано- пшеничный	40	3,31	69	1	1	15
	сладкое	494	Чай с сахаром,лимоном	200	3,72	51	0,1	0	
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	40	2,91	77	0,8	0,4	12,6
	закуска	150	Кукуруза консервированная	80	10,46	33	0,8	0,1	17,6
			Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	265	23,75	104	4,1	6,3	7,2
	1 блюдо	381							
			Фрукт	100	16,94	42	0,2	0	10,2
			Итого за гор.питание:	507	131,79	545	17	30	50,4



Школа	МБОУ Междуреченская СОШ Льготная категория 11-17 лет						День		01.04.2025
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	191	Запеканка " Царская " из творога со сгущенным молоком	200	52,78	362	15,5	16,4	38
	гор.напиток	494	Чай с сахаром	200	3,72	51	0,1	0	12,6
	хлеб	108	Бутерброд	40	12,56	130	7,1	4,7	14,9
			Итого за завтрак:	537	69,06	517	16	12	85
Обед	закуска	150	Кукуруза консервированная	100	13,07	40	1	0,2	8,6
			Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	265	23,75	104	4,1	6,3	7,8
	1 блюдо	381							
	2 блюдо	416	Рыба тушеная в томате с овощами	150	59,64	201	16,1	12,9	5,1
	гарнир	520	Картофельное пюре	180	15,17	159	3,7	4,1	26,7
	сладкое	108	Кисель из клюквы	200	17,87	107	0,3	0	26,5
	хлеб бел.	116	Хлеб пшеничный	50	3,64	114	1	1	26
	хлеб черн.		хлеб ржано- пшеничный	50	4,13	103	1	1	23
			Итого за обед:	950	137,27	1123	41	43	139
			Итого:	1487	206,33	1640	57	56	224

Школа	МБОУ Междуреченская СОШ Одноразовое горячее питание 11 -17лет						День		01.04.2025
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание	гор.блюдо	264	Рыба тушеная в томате с овощами	150	59,64	201	16,1	12,9	5,1
	гор.блюдо	100	Картофельное пюре	180	15,17	159	3,7	4,1	26,7
	сладкое	494	Чай с сахаром,лимоном	200	3,72	51	0,1	0	12,6
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	60	4,38	114	1	1	26
			Итого за гор.питание:	547	82,92	698	25	35	69

Зав. столовой  Е.А.Слепуха