№4

УТВЕРЖДЕНО:
Директор МКОУ Зудовской СОШ
Кружихина Л.И. _____

Меню
на «__5__»__ноября____2026 г.

Школа с 12 лет и старше

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы		Завтрак		
23,7	8,5	17,3	241	1.Запеканка из творога	120	22
0,2	0	6,4	26,8	2.Чай с сахаром	200	2
3,4	0,4	22,1	105,5	3.Хлеб пшеничный	45	4
				Обед		
4,1	7,1	26,4	185,8	1.Картофельное пюре	200	10
22,9	5,2	16	202,4	2.Биточки из курицы	120	40,70
0,5	0,8	0,9	12,5	3.Соус белый основной	20	1
0,5	0	19,8	81	4.Компот из сухофруктов	200	6
4,6	0,5	29,5	140,6	5.Хлеб пшеничный	60	5
						90,70

Калькулятор_____Никонова Е.А.

УТВЕРЖДЕНО:
Директор МКОУ Зудовской СОШ
Кружихина Л.И.

№4

Меню

на «5» ноября 2026 г. **ОВЗ**

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы		Завтрак		
4,6	5,8	24,3	167,2	1.Каша молочная рисовая	200	25
23,7	8,5	17,3	241	2.Запеканка из творога	120	43
0,2	0	6,4	26,8	3.Чай с сахаром	200	2
0,1	0	7,2	29	4.Джем из абрикосов	10	4
3,4	0,4	22,1	105,5	5.Хлеб пшеничный	45	4
8,4	5,7	20,3	166,4	Обед 1,Суп гороховый	250	32
4,1	7,1	26,4	185,8	2.Картофельное пюре	200	12
22,9	5,2	16	202,4	3.Биточки из курицы	120	44,20
0,5	0,8	0,9	12,5	4.Соус белый основной	20	1
0,5	0	19,8	81	5.Компот из сухофруктов	200	6
4,6	0,5	29,5	140,6	6.Хлеб пшеничный	60	5
				7.Сок	200	39
						217,20

Калькулятор Никонова Е.А.

№4

УТВЕРЖДЕНО:
Директор МКОУ Зуловской СОШ
Кружихина Л.И.

Меню

на «5» января ___2026 г.

Платно

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимоеть блюда
белки	жиры	углеводы		Завтрак		
23,7	8,5	17,3	241	1.Запеканка из творога	120	22
0,2	0	6,4	26,8	2.Чай с сахаром	200	2
3,4	0,4	22,1	105,5	3.Хлеб пшеничный	45	4
				Обед		
4,1	7,1	26,4	185,8	1Картофельное пюре	200	10
22,9	5,2	16	202,4	2.Биточки из курицы	120	40,7
0,5	0,8	0,9	12,5	3.Соус белый основной	20	1
0,5	0	19,8	81	4.Компот из сухофруктов	200	6
4,6	0,5	29,5	140,6	5.Хлеб пшеничный	60	5
						90,70

Калькулятор _____ Никонова Е.А.