УТВЕРЖДЕНО:
№3Директор МКОУ Зудовской СОШ
Кружихина Л.И. _____

№3

Меню

на «14» октября 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		
10,4	12,7	47,1	343,6	1.Каша вязкая молочная пшенная	250	25
1,6	1,1	8,6	50,9	2.Чай с молоком и сахаром	200	6
3,4	0,4	22,1	105,5	3.Хлеб пшеничный	45	4
11	8,5	47,9	311,6	Обед 1.Гречка отварная	200	10
14,12	5,78	4,46	126,4	2.Голень курицы в сметане	120	30,70
1	0,1	15,6	66,9	3.Компот из кураги	200	10
4,6	0,5	29,5	140,6	4.Хлеб пшеничный	60	5
						90,70

Калькулятор _____ Никонова Е.А.

УТВЕРЖДЕНО
№3Директор МКОУ Зудовская СОШ
Кружихина Л.И._____

№3

Меню

на «14» октября 2026 г.

Платно

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы		Завтрак		
10,4	12,7	47,1	343,6	1.Каша вязкая молочная пшенная	250	25
1,6	1,1	8,6	50,9	2.Чай с молоком и сахаром	200	6
3,4	0,4	22,1	105,5	3.Хлеб пшеничный	45	4
				Обед		
11	8,5	47,9	311,6	1.Гречка рассыпчатая	200	10
5,78	4,46	14,12	126,4	2.Голень курицы в сметане	120	30,70
1	0,1	15,6	66,9	4.Компот из кураги	200	10
4,6	0,5	29,5	140,6	5.Хлеб пшеничный	60	5
						90,70

Калькулятор_____Никонова Е.А.

№3

УТВЕРЖДЕНО:
№3Директор МКОУ Зудовской СОШ
Кружихина Л.И. _____

Меню

на «14» октября 2026 г.

ОВЗ

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы		Завтрак		
10,4	12,7	47,1	343,6	1.Каша вязкая молочная пшенная	250	35
1,6	1,1	8,6	50,9	2.Чай с молоком и сахаром	200	10
3,4	0,4	22,1	105,5	3.Хлеб пшеничный	45	4
0,1	7,3	0,1	66,1	4.Масло сливочное	10	12
5,8	4,1	14,2	117	Обед 1.Суп картофельный с клецками	250	41,2
1,1	8,5	47,9	311,6	2.Гречка рассыпчатая	200	12
14,2	5,78	4,46	126,4	3.Голень курицы в сметане	120	54
1	0,1	15,6	66,9	4.Компот из кураги	200	10
4,6	0,5	29,50	140,6	5.Хлеб	60	5
				6.Яблоко	200	34
						217,20

Калькулятор _____ Никонова Е.А.