

№4

Меню

на « 4 » сентября 2026 г.

ОВЗ

УТВЕРЖДЕНО:
Директор МКОУ «Зудовской СОШ»
Кружихина Л.И.



Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Приём пищи, наименование блюда Завтрак	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
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

Калькулятор

Никонова Е.А.

217,20

№4

УТВЕРЖДЕНО:
Директор МКОУ «Зуловской СОШ»
Кружихина Л.И.



Меню
на « 4 » сентября 2026 г.

Платно

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Приём пищи, наименование блюда Завтрак	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
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	40,7
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.

Меню

на « 4 » сентября 2026 г.

Директор МКОУ «Зудовской СОШ»
Кружихина Л.И.

Школа с 12 лет и старше



Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Приём пищи, наименование блюда Завтрак	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
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 А.А.А. Никонова Е.А.