

№3

УТВЕРЖДЕНО:
 №3 Директор МКОУ Зудовской СОШ
 Кружихина Г.И.

Меню

на « 3 » сентября 2026 г.

Школа с 12 лет и старше

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Приём пищи, наименование блюда Завтрак	Масса порции, г	Сторимост блюда
белки	жиры	углеводы				
10,4	12,7	47,1	343,6	1. Каша вязкая молочная пшеничная	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.

№3

Меню

на « 3 » сентября 2026 г.

№3 Директор МКФУЗ «Здоровье» СОИ

Кружихина Л.И.

Платно



Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Приём пищи, наименование блюда Завтрак	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
10,4	12,7	47,1	343,6	1. Каша вязкая молочная пшениная	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.

Никонова Е.А.

№3

Меню

на « 3 » сентября 2026 г.

ОВЗ

№3 Директор МКОУ «Новоковской СОШ»
Кружихина Л.А.



Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Приём пищи, наименование блюда Завтрак	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
10,4	12,7	47,1	343,6	1. Каша вязкая молочная пшеничная	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.