УТВЕРЖДЕНО
Директор МКОУ Зудовской СОШ
Кружихина Л.И. _____

№5

Меню

на «20» ноября 2026г.

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		
0,9	0,1	1,8	11,1	1.Горошек зеленый	30	3
21,1	30	5,4	375,8	2.Омлет натуральный	250	30
0,2	0,1	6,6	27,9	3.Чай с лимоном	200	4
3,4	0,4	22,1	105,5	4.Хлеб пшеничный	45	4
				Обед		
7,1	6,6	43,7	262,4	1.Макароны отварные	200	10
14,2	5,78	4,46	126,4	2.Голень курицы	120	30,70
0,6	0,2	15,1	65,4	3.Напиток из шиповника	200	7
4,6	0,5	29,5	140,6	4.Хлеб пшеничный	60	5
						90,70

Калькулятор _____ Никонова Е.А.

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

№5

Меню

на «_ 20 __ ноября __2025 г.

ОВЗ

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимоеть блюда
белки	жиры	углеводы		Завтрак		
0,9	0,1	1,8	11,1	1.Горошек зеленый	30	3
21,1	30	5,4	375,8	2.Омлет натуральный	250	45
0,2	0,1	6,6	27,9	3.Чай с лимоном	200	4
3,4	0,4	22,1	105,5	4.хлеб пшеничный	45	4
0,9	0,1	5,2	25,2	Обед1.Салат со свеклы	60	5
4,7	5,6	5,7	92,2	2.Щи со св капусты со сметаной	200	38
7,1	6,6	43,7	262,4	3.Макароны отварные	200	12
14,2	5,78	4,46	126,4	4.Голень курицы в сметане	120	46,2
0,6	0,2	15,1	65,4	5.Напиток из шиповника	200	7
4,6	0,5	29,5	140,6	6.Хлеб пшеничный	60	5
				7.Яблоко	200	32
				8.Чоко пай	30	16

Калькулятор_____Никонова Е.А.

217,20

№5

УТВЕРЖДЕНО
Директор МКОУ Зудовская СОШ
Кружихина Л.И._____

Меню

на «_ 20 _ ноября __2026г.

Платно

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы		Завтрак		
0,9	0,1	1,8	11,1	1.Горошек зеленый	30	3
21,1	30	5,4	375,8	2.Омлет натуральный	250	30
0,2	0,1	6,6	27,9	3.Чай с лимоном	200	4
3,4	0,4	22,1	105,5	4.Хлеб пшеничный	45	4
				Обед		
7,1	6,6	43,7	262,4	1.Макароны отварные	200	10
20,4	19,8	4,7	278,6	2.Голень курицы	120	30,7
0,6	0,2	15,1	65,4	3.Напиток из шиповника	200	7
4,6	0,5	29,5	140,6	4.Хлеб пшеничный	60	5
						90,70

Калькулятор_____Никонова Е.А.