

Утверждаю
Заведующий отделением
Вараксина Н.В.

Меню МАОУ "Викуловская СОШ №1"-отделение Каргалинская школа-
Категория: 6-11 лет

День 22.09.2025г

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		Каша из овсянных хлопьев "Геркулес"						
	№19/5-20	жидкая с маслом	205	12,83	190	6,5	6,7	26
		Чай с лимоном и апельсином						
	№642-199	"Цитрусовый заряд"	230	11,73	62,8	0,2	0	15,5
		Бутерброд с сыром и маслом	40	17,99	126,2	6,1	7,8	7,9
	фрукты	Яблоко	150	15,80	88,8	0,6	0	21,6
	хлеб бел	Хлеб пшеничный	30	2,68	58,4	1,5	0,4	12,3
	хлеб чер	Хлеб ржаной	30	2,20	62	1,1	0,2	14,1
	Итого		635	63,23	588,2	16	15,1	97,4
Обед	№14/1-20	Салат "Летний"	80	12,20	110,6	5,1	9,4	94,1
		Суп из овощей с курицей, со сметаной	265	19,10	144,3	5,9	6,3	1,4
	№439-200	Гуляш из говядины	100	46,94	117,5	9,1	7,5	16
		Рис припущенный с кукурузой	150	20,63	170	3,5	5	3,4
	№639-200	Кисель из свежих ягод	200	7,56	89	0,3	0,2	27,8
	хлеб бел	Хлеб пшеничный	70	4,03	136,2	3,5	1	21,5
	хлеб чер	Хлеб ржаной	70	3,80	62	1,1	0,2	28,4
	Итого		935	114,26	829,6	28,5	23,4	14,1
	№696-204							
Полдник		апельсин	250	14,30	118,00	0,70	7,00	5
		чай с сахаром	200	1,60			0	
	Итого		450	15,90	118	0,7	7	5

Ответственный за питание: