



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Чисталовской СШ

И.С. Мамичева

и/с Т.И. Бондаренко

повар С.В. Зиновьева

МЕНЮ

Дата "21" мая 2025 г.

Завтрак 1-4 классы

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность порции			Энергетическая ценность порции (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Пюре картофельное	150,00	2,16	3,73	14,70	104,00
2	Рыба тушеная в томате с овощами	100 /50	10,29	5,39	4,90	109,00
3	Батон	30	11	2,33	74,5	376,67
4	Огурец свежий	30				
5	Чай с лимоном и сахаром	200/7/15	0,26	0,05	15,22	59,00
Итого калорийность питания в день						589,67

Завтрак 5-11 классы (питание за счет родительской платы и льготное питание)

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность порции			Энергетическая ценность порции (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Пюре картофельное	200,00	2,16	3,73	14,70	104,00
2	Рыба тушеная в томате с овощами	150 /50	10,29	5,39	4,90	109,00
3	Батон	30	11	2,33	74,5	376,67
4	Огурец свежий	30				
5	Чай с лимоном и сахаром	200/7/15	0,26	0,05	15,22	59,00
Итого калорийность питания в день						589,67

Обед

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность порции			Энергетическая ценность порции (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Суп картофельный с горохом	250,00	2,40	5,50	17,80	134,00
2	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	8,70	6,60	43,06	27,00
3	Окорочок куриный запеченный	70,00	19,30	16,00	0,06	221,40
4	Хлеб ржаной	55	5,5	1	41	214
5	Чай с сахаром	200 /15	0,26	0,05	15,22	59,00
Итого калорийность питания в день						655,40