

Директор МКОУ Тогучинского района
«Зареченская средняя школа»
Дворянидова Т.Ю.



Меню для детей ОБЗ
На "06" октября 2026

Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
				Завтрак		
6,33	8,9	25,49	222	Каша манная молочная жидкая	205	18,7
1,4	1,6	17,34	89,32	Чай с молоком (1 вариант)	200	9,7
9,48	10,06	13,98	152	Бутерброд с сыром (1 вариант)	60	40,6
17,21	20,56	56,81	463,32			69
				Обед		
9,76	6,82	19,01	175,1	Суп с мясными фрикадельками	250	20,8
3,86	5,09	40,27	225,18	Рис отварной	100	10,7
19,09	8,2	26,54	255,89	Рыба в томатном соусе	100	72,1
0,33	0	22,66	91,98	Компот из кураги	200	9,1
2,92	0,47	18,12	76	Хлеб ржаной	30	5,3
0,9	0,2	8,1	43	Фрукт апельсин	200	54
36,86	20,78	134,7	867,15			172

Повар Русаглимова М.Л.