

Меню для детей с 5 по 11 классы
На «14» октября 2026

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



Пищевые вещества			энергетическая	Прием пищи, наименование блюда	Бесплатно М/О	Масса порции, г.	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы	ценность, ккал				
				Завтрак			
7,23	6,67	39,54	246,87	Суп молочный		250	23,2
2,79	3,19	19,71	118,69	Кофейный напиток с молоком(1 вариант)		200	12,5
2,43	0,36	13,98	52	Хлеб пшеничный		60	3,2
9,48	10,06	13,98	152	Бутерброд с сыром (1 вариант)		45	40,6
21,93	20,28	87,21	569,56				79,5
				Обед			
0,72	10,08	3	103,6	Салат из свежих огурцов		100	26
6,62	8,31	21,28	184,48	Суп с рыбными консервами		250	26,8
11,72	5,74	176,75	176,75	Котлета из говядины	да	85	43,6
4,53	6,55	25,59	297,48	Ячка с луком	да	150	24,6
0,33	0	22,66	91,98	Компот из кураги	да	200	9,1
0,47	18,12	76	76	Хлеб ржаной	да	30	5,3
0,2	0,4	23	92	Сок		200	35
12	49,2	348,28	1022,29		82,6		

Повар  Русалимова М.Л.