УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ «Оленьковская ОШ »
Павлова Н.В.

Ежедневное меню для 1-4 классов

Школа: МОУ Оленьковская ОШ | Отд./корп: | День: 05.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	54-4о-2020	Омлет с сыром	150	50,00	315,8	19	25,3	3
	гор. напиток	54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	3,00	26,8	0,2	0	6,4
	хлеб	Пром.	Батон йодированный	30	2,00	95	3,2	0,4	19,6
		54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	9,00	12,8	0,7	0,1	2,3
Завтрак 2	фрукты	Пром.	Апельсин (поштучно)	150	23,00	56,7	1,4	0,3	12,2
		Пром.	Яблоко (поштучно)	100	17,00	35	0,8	0,2	7,5
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ «Оленьковская ОШ »
Павлова Н.В.

Ежедневное меню для 5-9 классов

Школа: МОУ Оленьковская ОШ | Отд./корп: | День: 05.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	301	Омлет натуральный	150	27,2	243,8	12,88	20,01	3,45
	гор.напиток	457	Чай с сахаром	200	1,50	60	0,1	0	15
	хлеб	83	Бутерброд с маслом	30/10	2,62	65	0,15	6,2	1,85
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								