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

Ежедневное меню для 1-4 классов

Школа: МОУ Оленьковская ОШ | Отд./корп: | День: 08.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	54-3г-2020	Макароны отварные с сыром	170	26,00	235,4	9	7,7	32,5
	хлеб	Пром.	Батон йодированный	30	2,00	71,2	2,4	0,3	14,7
		54-12з-2020	Икра морковная	100	10,00	113,2	2,1	7,1	10,1
		Пром.	Сок яблочный	200	25,00	86,6	1	0,2	20,2
Завтрак 2	фрукты	Пром.	Апельсин (поштучно)	150	24,00	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: 08.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	258	Каша пшенная вязкая	200	25,32	299	8,72	12,86	37,12
	гор.напиток	496	Чай с сахаром и лимоном	200	4,00	144	3,6	3,3	25
	хлеб	90	Батон нарезной	20	2,00	52,4	1,5	0,58	10,28
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								