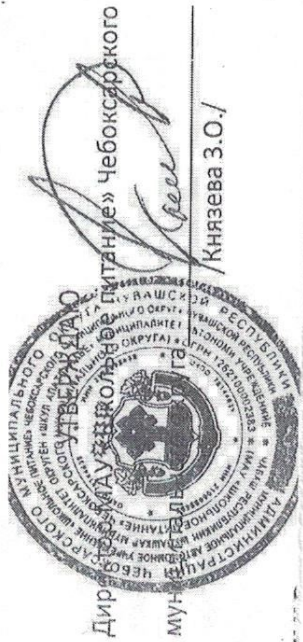




Меню на 16 сентября 2026г

Школа "Туруновская ООШ"

День 3

Возрастная категория

7-11 лет

Дата

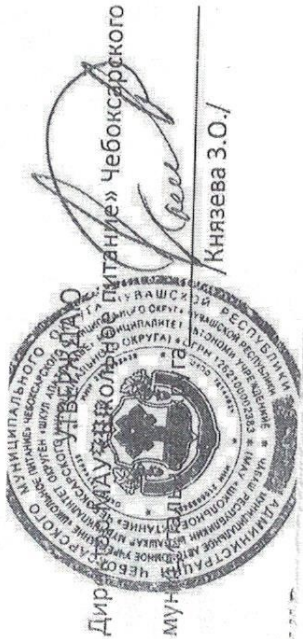
15

9

2026

День месяц год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная вязкая из овсяных хлопьев с маслом	200	6,91	9,51	28,54	245,0	204**	15,00
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4,56	2,08	17,56	113	382**	7,00
			фрукт	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	32,0	338**	9,00
			закуска	Бутерброд с маслом	60	4,08	7,54	22,65	145,0	1**	9,50
1	3	Обед									
			итого		560	15,95	19,53	78,55	535		40,50
			хол.закуска	Салат из моркови и яблок	90	0,69	8,16	12,65	133,00	59**	12,00
			1 блюдо	Рассольник ленинградский	200	4,94	9,58	17,65	127,00	96**	28,00
			2 блюдо	Жаркое по-домашнему с курицей	200	16,20	7,36	39,95	337,00	269**	60,00
			гарнир								
			напиток	Чай с лимоном и сахаром	200	0,24	0,05	15,20	39,00	377**	5,00
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	60	3,72	0,63	18,62	95,00	ПР	5,00
1	3	Итого за день:			750	25,79	25,78	104,07	731		110,00
					1310	41,74	45,31	182,62	1266		150,50



Меню на 16 сентября 2026г

Школа

"Туруновская ООШ"

День

3

Возрастная категория

Дети 12 лет и старше

Дата

15

9

2026

День

15

9

2026

Неделя	День недели	Приним пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	3	Завтрак	гор.блюдо	каша молочная вязкая из овсяных хлопьев с маслом	250	9,12	9,51	28,54	254,0	204**	24,50
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4,56	2,08	17,56	113	382**	7,00
			фрукт	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	32,0	338**	9,00
			закуска	Бутерброд с маслом	60	4,08	7,54	22,65	145,0	1**	9,50
			итого		610	18,16	19,53	78,55	544		50,00
1	3	Обед	хол.закуска	Салат из моркови и яблок	100	0,86	4,95	13,40	43,00	59**	15,00
			1 блюдо	Рассольник ленинградский со сметаной и курицей	250	4,94	9,58	17,95	235,20	96**	35,00
			2 блюдо	Жаркое по-домашнему с курицей	250	19,44	12,43	49,94	404,00	259**	62,00
			сладкое								
			напиток	Чай с лимоном и сахаром	200	0,24	0,05	15,20	39,00	377**	5,00
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	60	3,72	0,63	18,62	95,00	ПР	5,00
			итого		860	29,2	27,64	115,11	816,2		122,00
1	3	Итого за день:			1470	47,36	47,17	193,66	1360,2		172,00