

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «ООШ №1»
Н.Н. Васильева

МЕНЮ
На 22 сентября 2025
1-4 классы



Наименование блюд	выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Салат из отварной свеклы	60	0,84	3,61	4,96	55,68
Рыба, тушенная в томате с овощами	50/50	9,05	6,09	3,8	105
Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3	3,08	6,25	20,47	150,45
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	17,9	74,6
Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25
Итого:	548	15,79	16,39	64,34	467,98

Шеф-повар О.Н. Щеголькова

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «ООШ №1»
Н.Н. Васильева

МЕНЮ
На 22 сентября 2025
5-9 классы



Наименование блюд	выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Рыба, тушенная в томате с овощами	50/50	9,05	6,09	3,8	105
Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,7
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	17,9	74,6
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,2
Итого:	550	17,81	18,49	76,83	564,5

Шеф-повар О.Н. Щеголькова

