

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

МЕНЮ
На 29 сентября 2025
1-4 классы



Наименование блюд	выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Сыр порционно	10	2,63	2,66	0,00	34,33
Гуляш из куриной грудки	50/50	9,94	13,83	9,9	170,39
Каша гречневая рассыпчатая,	150	4,52	3,75	47,66	256,8
Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0,11	0,02	10,15	41,32
Хлеб ржаной	50	2,64	0,8	15,84	79,20
Итого:	510	19,75	19,4	79,57	559,04

Шеф-повар О.Н. Щеголькова

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

МЕНЮ
На 29 сентября 2025
5-9 классы



Наименование блюд	выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Сыр порционно	10	2,63	2,66	0,00	34,33
Гуляш из куриной грудки	50/50	9,94	13,83	9,9	170,39
Каша гречневая рассыпчатая	180	4,52	3,75	47,66	256,8
Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0,11	0,02	10,15	41,32
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,2
Итого:	550	21,36	20,9	93,39	629,04

Шеф-повар О.Н. Щеголькова

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



МЕНЮ

На 29 сентября 2025

Наименование блюд	выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Борщ из свежей капусты с мясными фрикадельками, со сметаной	250/10/5	3,93	6,84	11,19	131,46
Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10	40
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,4
Итого:	495	5,98	7,22	33,07	230,86

Шеф-повар  О.Н. Щеголькова