

Крошова Е Ю.



Меню малоимущие
на " 12. 10. 2026г.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г	
белки	жиры	углеводы				
Завтрак						
5,61	10,17	30,69	242,84	Каша жидкая молочная рисовая	200	
0,14	0,04	9,53	39,99	Чай с сахаром	200	
3,75	5,9	37,45	208,55	Масло сливочное (порциями)	10	
3,1	7,3	0,1	66	Хлеб пшеничный	50	
2	0,4	10	51,2	Хлеб ржаной	60	
3,5	4,4	0	53,7	Сыр твердых сортов в нарезке	30	
					550	
18,1	28,21	87,77	652,28	Обед		
4,29	8,39	11,17	139,48	Суп с макаронными изделиями	250	
0,14	0,04	9,53	39,99	Чай с сахаром	200	
3,35	0,35	25,15	120	Хлеб пшеничный	50	
0	0	0	0		0	
					500	
8,75	15,78	63,82	299,47		0	
21,6	32,24	166,64	910,85			

Утверждено:
Директор МКОУ Садковской СОШ
Крошова Е Ю.



Меню малоимущие
на " 13. 10. 2026г.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г	
белки	жиры	углеводы				
Завтрак						
6,4	5,9	39,4	236,2	Макароны отварные	180	
15,3	14,8	3,5	208,6	Гуляш из говядины	90	
0,2	0,1	3	13,4	Чай с лимоном и сахаром	200	
2,6	0,5	13,4	68,2	Хлеб ржаной	30	
3	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	
2,5	10,1	10,4	143	Салат из белокачанной капусты	100	
20,4	31,6	86	746,2		640	
Обед						
5,28	8,9	11,48	150,15	Борщ со сметаной	250	
0,14	0,04	9,53	39,99	Чай с сахаром	200	
3,35	0,35	25,15	120	Хлеб пшеничный	50	
10,45	11,83	45,51	339,21		500	
28,59	29,89	128,21	921,37		0	

Меню малоимущие
на " 14. 10. 2026г.



Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г	
белки	жиры	углеводы				
Завтрак						
8,2	6,3	35,9	233,7	Каша гречневая рассыпчатая	150	
16,4	15,7	14,8	265,7	Шницель из говядины	90	
2,8	6,7	2,8	83,3	Салат из капусты с овощами	100	
0,4	0	19,8	80,8	Компот из смеси сухофруктов	200	
3,8	0,4	24,6	117,2	Хлеб пшеничный	50	
					590	
31,6	29,1	97,9	780,7			
Обед						
6,96	11,43	10,83	179,22	Суп с рыбными консервами	250	
0,14	0,04	9,53	39,99	Чай с сахаром	200	
3,35	0,35	25,15	120	Хлеб пшеничный	50	
					500	
10,45	11,82	45,51	339,21			
30,49	34,91	169,01	1236,3		0	

Меню малоимущие
на " 15. 10. 2026г.



Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г	
белки	жиры	углеводы				
				Завтрак		
27,2	8,1	33,2	314	Плов из говядины	200	
4,7	3,5	8,9	85,9	Какао с молоком	200	
1,8	5,4	16,6	122,3	Салат из свеклы с курагой и изюмом	100	
3,8	0,4	24,6	117,2	Хлеб пшеничный	50	
2	0,4	10	51,2	Хлеб ржаной	30	
0	0	0	0		0	
39,5	17,8	93,3	691,2		580	
Обед						
2,05	3,1	12,58	86,5	Суп картофельный с клецками	250	
0,14	0,04	9,53	39,99	Чай с сахаром	200	
3,8	0,4	24,6	117,2	Хлеб пшеничный	50	
5,99	3,54	46,71	243,69		500	
26,25	21,4	132,15	836,13		0	



Меню малоимущие
на " 16. 10. 2026г.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г	
белки	жиры	углеводы				
				Завтрак		
3,05	10,05	19,32	179,45	Картофельное пюре	180	
13,4	8,28	5,06	147,6	Рыба запеченная в сметанном соусе (минтай)	100	
0,14	0,04	9,53	39,99	Чай с сахаром	200	
3,35	0,35	25,15	120	Хлеб пшеничный	50	
0,7	5,4	4	67,1	Винегрет с растительным маслом	60	
0	0	0	0			
20,64	24,12	63,06	#ЗНАЧ!		530	
Обед						
3,98	6,22	6,96	100,91	Щи из свежей капусты со сметаной	250	
0,14	0,04	9,53	39,99	Чай с сахаром	200	
3,35	0,35	25,15	120	Хлеб пшеничный	50	
7,47	6,61	41,64	260,9		500	
27,41	25,33	100,7	747,94		0	