

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Вайская ООШ»

 Т.И. Порошина

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ УЧАЩИХСЯ

на 16 марта 2026 г.

№	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Энергет. ценность (Ккал)	Цена
	<i>обед. 1-11кл.</i>						
1.	Салат из моркови	60	0,68	6,05	6,23	82,08	8-59
2.	Шуш. свеклы капусто.	200	1,67	5,3	2,51	86,26	28-54
3.	Котлета из говядины	90	13,7	15,0	7,3	227,2	58-92
4.	макарон отварное	150	5,52	5,29	35,23	211,09	5-67
5.	сок фруктовый	200	1,0	0,2	22,0	88,0	20-40
6.	Хлеб ржано-пшени.	30	3,18	0,3	20,07	94,08	3-82
7.	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90,62	3-82
		760	22,75	32,67	119,11	579	129-76

№	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Энергет. ценность (Ккал)	Цена
	<i>обед. 5-9кл.</i>						
1.	Салат из моркови	100	1,14	10,08	10,38	136,8	10-93
2.	Шуш. свеклы капусто.	250	2,09	6,33	10,64	107,23	35-68
3.	Котлета из говядины	120	18,31	20,09	9,84	303,0	98-26
4.	макарон отварное	200	7,36	7,06	47,1	281,46	6-91
5.	сок фруктовый	200	1,0	0,2	22,0	88,0	20-40
6.	Хлеб ржано-пшени.	30	3,18	0,3	20,07	94,08	3-82
7.	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90,62	3-82
		930	36,08	44,5	139,33	1101,79	179-82

Заведующий хозяйством



Л.И. Дружинина

Социальный педагог



Н.В. Ничкова