

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Вайская ООШ»

 Т.И. Порошина

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ УЧАЩИХСЯ

на 20 апреля 2026 г.

№	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Энергет. ценность (Ккал)	Цена
	<i>обед. 1-11 кл.</i>						
1.	<i>Салат из моркови</i>	<i>60</i>	<i>0,68</i>	<i>6,05</i>	<i>6,23</i>	<i>82,08</i>	<i>8-59</i>
2.	<i>Щи из свежей капусты</i>	<i>200</i>	<i>1,67</i>	<i>5,3</i>	<i>8,51</i>	<i>86,26</i>	<i>28-54</i>
3.	<i>Котлета из говядины</i>	<i>90</i>	<i>13,7</i>	<i>15,0</i>	<i>7,3</i>	<i>227,2</i>	<i>58-92</i>
4.	<i>Макаронная отварная</i>	<i>150</i>	<i>5,52</i>	<i>5,29</i>	<i>35,23</i>	<i>21,09</i>	<i>5-67</i>
5.	<i>Сок фруктовый</i>	<i>200</i>	<i>1,0</i>	<i>0,2</i>	<i>22,0</i>	<i>88,0</i>	<i>20-40</i>
6.	<i>Хлеб ржано-пшениц.</i>	<i>30</i>	<i>3,18</i>	<i>0,3</i>	<i>20,07</i>	<i>94,08</i>	<i>3-82</i>
7.	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>30</i>	<i>3,0</i>	<i>0,44</i>	<i>19,8</i>	<i>90,62</i>	<i>3-82</i>
		<i>760</i>	<i>22,75</i>	<i>32,67</i>	<i>119,11</i>	<i>879</i>	<i>129-76</i>

№	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Энергет. ценность (Ккал)	Цена
	<i>обед. 5-9 кл.</i>						
1.	<i>Салат из моркови</i>	<i>100</i>	<i>1,14</i>	<i>10,08</i>	<i>10,38</i>	<i>136,8</i>	<i>10-93</i>
2.	<i>Щи из свежей капусты</i>	<i>250</i>	<i>2,09</i>	<i>6,33</i>	<i>10,64</i>	<i>107,23</i>	<i>35-68</i>
3.	<i>Котлета из говядины</i>	<i>120</i>	<i>18,31</i>	<i>20,09</i>	<i>9,84</i>	<i>303,0</i>	<i>98-26</i>
4.	<i>Макаронная отварная</i>	<i>200</i>	<i>7,36</i>	<i>7,06</i>	<i>47,1</i>	<i>281,46</i>	<i>6-91</i>
5.	<i>Сок фруктовый</i>	<i>200</i>	<i>1,0</i>	<i>0,2</i>	<i>22,0</i>	<i>88,0</i>	<i>20-40</i>
6.	<i>Хлеб ржано-пшениц.</i>	<i>30</i>	<i>3,18</i>	<i>0,3</i>	<i>20,07</i>	<i>94,08</i>	<i>3-82</i>
7.	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>30</i>	<i>3,0</i>	<i>0,44</i>	<i>19,8</i>	<i>90,62</i>	<i>3-82</i>
		<i>930</i>	<i>36,08</i>	<i>44,5</i>	<i>139,83</i>	<i>1101,79</i>	<i>179-82</i>

Заведующий хозяйством



Л.И. Дружинина

Социальный педагог



Н.В. Ничкова