

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор ГБОУ СОШ с. Малячкино
А.Ю. Янушевич
 М.П.

14 апреля 2022

МЕНЮ ГБОУ СОШ с.Малячкино						
9 день						
Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход	
белки	жиры	углеводы	Ккал.			
завтрак						
8,3	8,6	28,2	224,7	Макароны отварные с маслом и сыром	180	
4,4	4,8	23,4	145,6	Какао на молоке	180	
3,02	6,23	15,26	126,6	Бутерброд с маслом	30/7	
второй завтрак						
0,5	0,0	11,0	44,0	Фрукты	100	
обед						
0,84	0,4	4,5	49,8	Салат морковь с яблоком	50	
3,5	5,87	9,75	117	Борщ со сметаной	180/10	
4,5	6,1	29	186	Картофельное пюре	130	
6,78	4,73	3,1	81,37	Рыба тушеная с овощами	70	
0,17	0	21,1	82,3	Компот из сухофруктов	180	
2,64	0,48	13,68	72,4	Хлеб ржаной	40	
2,7	1,05	17,43	91,7	Хлеб пшеничный	35	
полдник						
21,59	12,75	23,1	281,6	Творожный пудинг с повидлом	150/15	
0,81	0,05	25,56	106,6	Кисель	180	



УТВЕРЖДАЮ:
Директор ГБОУ СОШ с. Малячкино
Янушевич
А.Ю.Янушевич
 М.П.

14 апреля 2022

МЕНЮ ГБОУ СОШ с.Малячкино						
9 день						
Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход	
белки	жиры	углеводы	Ккал.			
завтрак						
7,34	7,2	22,68	221,1	Макаронные изделия с маслом и сыром	150	
4	4,4	18,5	126,3	Какао на молоке	150	
2,01	4,8	10,02	90,06	Бутерброд с маслом	25/5	
второй завтрак						
0,5	0,0	11,0	44,0	Фрукты	100	
обед						
0,63	0,09	4,23	36,98	Салат морковь с яблоком	30	
2,52	4,23	7,02	84,24	Борщ со сметаной	150/8	
4,3	5,3	26,6	169,3	Картофельное пюре	100	
4,73	3,27	2,11	56,34	Рыба тушеная с овощами	60	
0,15	0	17,5	68	Компот из сухофруктов	150	
2,11	0,38	10,94	57,92	Хлеб ржаной	32	
2,31	0,9	14,94	78,6	Хлеб пшеничный	30	
полдник						
14,74	10,32	18,32	229,3	Творожный пудинг с повидлом	130/5	
0,67	0,04	21,3	88,8	Кисель	150	