



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

15 апреля 2022

МЕНЮ ГБОУ СОШ с.Малячкино						
10 день						
Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход	
белки	жиры	углеводы	Ккал.			
завтрак						
6	8	22	182,5	Каша жидкая малочная ячневая	150	
3,64	4,1	18,1	120,6	Кофейный напиток на молоке	150	
1,58	4,1	18,1	120,6	Бутерброд с маслом	25/5	
второй завтрак						
0,5	0,0	11,0	44,0	Сок фруктовый	100	
обед						
0,66	2,84	3,4	41,41	Салат свекольный	30	
2,18	1,46	11,88	82,87	Суп крестьянский со сметаной	150/8	
3,91	5,4	20,85	153,2	Каша гречневая рассыпчатая	100	
10,87	8,25	11,25	162,2	Котлета мясо говядины	50	
0,25	1,44	1,99	21,4	Соус сметано - томатный	15	
0,15	0	17,5	68	Компот из сухофруктов	150	
2,11	0,38	10,94	57,92	Хлеб ржаной	30	
2,31	0,9	14,94	78,6	Хлеб пшеничный	32	
полдник						
5,6	9,6	39,1	286,1	Плюшка	80	
4,48	3,5	6,16	74,2	Кефир "Снежок"	180	
1,56	0,78	11,52	68,7	Кондитерские изделия	30	



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

М.П.

15 апреля 2022

МЕНЮ ГБОУ СОШ с.Малячкино						
10 день						
Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход	
белки	жиры	углеводы	Ккал.			
завтрак						
7,4	9,5	27,5	225	Каша жидкая малочная ячневая	180	
3,9	4,5	21,6	138	Кофейный напиток на молоке	180	
1,97	6,21	12,52	115,1	Бутерброд с сыром	30/10	
второй завтрак						
0,5	0,0	11,0	44,0	Сок фруктовый	100	
обед						
1	4,25	5,1	62,12	Салат свекольный	50	
3,03	2,03	16,5	115	Суп крестьянский со сметаной	180/10	
4,69	6,49	25,03	183,8	Каша гречневая рассыпчатая	120	
13,98	10,06	14,46	208,5	Котлета мясо говядины	70	
0,39	2,16	3,08	32,55	Соус сметано - томатный	50	
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						
5,6	9,6	39,1	286,1	Плюшка	90	
5,12	4	7,04	84,8	Кефир "Снежок"	180	
5,2	2,6	23,04	229	Кондитерские изделия	40	