



Согласовано
приказом от 09.01.2024 г. № 3-2-о
Директор В.И. Фотьянова



Утверждено
ИП Кабанова Г.И.
Галина
Ивановна
Г.И. Кабанова

**Десятидневное меню и пищевая ценность школьных завтраков (полдников)
для обучающихся МКОУ «Старковская СОШ»
на период с 09.01.2024 г. по 31.05.2024 г.**

Школа	«МКОУ «Старковская СОШ»						День недели	Понедельник	
Прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак (полдник)	Сдобная выпечка		Булочка с джемом	50	18-00	170	4	5	28
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	7-00	56	0,2	0	14
			Итого:	250	25-00	226	4,2	5	42

Школа	«МКОУ «Старковская СОШ»						День недели	Вторник	
Прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак (полдник)	Сдобная выпечка		Булочка со сгущенкой	50	18-00	170	4	5	28
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	7-00	56	0,2	0	14
			Итого:	250	25-00	226	4,2	5	42

Школа	«МКОУ «Старковская СОШ»						День недели	Среда	
Прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак (полдник)	Сдобная выпечка		Пирожок с повидлом	50	18-00	170	4	5	28
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	7-00	56	0,2	0	14
			Итого:	250	25-00	226	4,2	5	42

Школа	«МКОУ «Старковская СОШ»						День недели	Четверг	
Прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак (полдник)	Сдобная выпечка		Пирожное «Школьное»	70	18-00	170	4	5	28
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	7-00	56	0,2	0	14
			Итого:	270	25-00	226	4,2	5	42

Школа	«МКОУ «Старковская СОШ»					День недели	Пятница		
Прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак (полдник)	Сдобная выпечка		Булочка с сахаром	50	18-00	170	4	5	28
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	7-00	56	0,2	0	14
			Итого:	250	25-00	226	4,2	5	42

Школа	«МКОУ «Старковская СОШ»					День недели	Понедельник		
Прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак (полдник)	Сдобная выпечка		Булочка с джемом	50	18-00	170	4	5	28
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	7-00	56	0,2	0	14
			Итого:	250	25-00	226	4,2	5	42

Школа	«МКОУ «Старковская СОШ»					День недели	Вторник		
Прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак (полдник)	Сдобная выпечка		Булочка со сгущенкой	50	18-00	170	4	5	28
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	7-00	56	0,2	0	14
			Итого:	250	25-00	226	4,2	5	42

Школа	«МКОУ «Старковская СОШ»					День недели	Среда		
Прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак (полдник)	Сдобная выпечка		Пирожок с повидлом	50	18-00	170	4	5	28
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	7-00	56	0,2	0	14
			Итого:	250	25-00	226	4,2	5	42

Школа	«МКОУ «Старковская СОШ»					День недели	Четверг		
Прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак (полдник)	Сдобная выпечка		Пирожное «Школьное»	70	18-00	170	4	5	28
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	7-00	56	0,2	0	14
			Итого:	270	25-00	226	4,2	5	42

Школа	«МКОУ «Старковская СОШ»					День недели	Пятница		
Прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак (полдник)	Сдобная выпечка		Булочка с сахаром	50	18-00	170	4	5	28
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	7-00	56	0,2	0	14
			Итого:	250	25-00	226	4,2	5	42