

УТВЕРЖДАЮ
Директор Лагерской основной школы:
 А.П. Майоров



М Е Н Ю

для учащихся 1-4 классов Лагерской основной школы

на « 3 » 02 2026 г.

Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Салат из отварной свеклы	60	0,84	3,61	4,96	55,68
Рыба, тушеная в томате с овощами	50/50	9,05	6,09	3,80	105,00
Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3	3,08	6,25	20,47	150,45
Компот из свежих яблок (75С)	200	0,16	0,10	17,90	74,60
Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25
Итого:	548	15,79	16,33	64,34	467,98

М Е Н Ю

для учащихся 5-9 классов Лагерской основной школы

на « 3 » 02 2026 г.

Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Рыба, тушеная в томате с овощами	50/50	9,05	6,09	3,80	105,00
Пюре картофельное	180/5	3,71	9,38	24,59	197,70
Компот из свежих яблок (75С)	200	0,16	0,16	17,90	74,60
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,20
Итого:	555	17,84	16,35	76,89	527,00

Повар:  Е.М. Ларионова