

УТВЕРЖДАЮ
Директор Лагерской основной школы:

А. П. Майоров



М Е Н Ю

для учащихся 1-4 классов Лагерской основной школы

на « 16 » 01 2026 г.

Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Сыр порционнно	15	3,95	3,99	0,00	51,50
Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40	7,080	11,940	8,360	124
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5	5,10	3,62	31,96	176,10
Напиток из свежих фруктов (75С)	200	0,34	0,17	21,46	103,50
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75
Итого:	545	19,89	20,08	83,92	560,84

М Е Н Ю

для учащихся 5-9 классов Лагерской основной школы

на « 16 » 01 2026 г.

Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Сыр порционнно	10	2,63	2,66	0,00	34,33
Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40	7,08	11,94	8,36	124,00
Макаронные изделия отварные	200	7,36	6,02	35,26	224,60
Напиток из свежих фруктов (75С)	200	0,34	0,17	21,46	103,50
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,20
Итого:	550	18,25	19,27	80,42	565,63

Повар:  Е.М. Ларионова