УТВЕРЖДАЮ

Директор Лагерской основной школы:

_____ А.П. Майоров

М Е Н Ю

для учащихся 1-4 классов Лагерской основной школы

на «18» 03 2026 г.

Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Плов из говядины с рисовой крупой	50/150	15,95	19,55	39,75	408,42
Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,01	40,00
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60
Итого:	**545**	**19,64**	**20,41**	**79,78**	**593,77**

М Е Н Ю

для учащихся 5-9 классов Лагерской основной школы

на «18» 03 2026 г.

Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Плов из говядины с рисовой крупой	50/200	18,97	23,12	51,79	509,80
Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,01	40,00
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого:	**600**	**22,94**	**24,06**	**93,32**	**703,20**

Повар:_____ Е.М. Ларионова