



УТВЕРЖДАЮ
Директор Лагерской основной школы:
А.П. Майоров

М Е Н Ю

для учащихся 1-4 классов Лагерской основной школы

на «25» 06 2026 г.

| Наименование блюд | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------------------------|-------------|--------------|--------------|----------------|-----------------------|
| Сыр порционно | 10 | 2,63 | 2,66 | 0,00 | 34,33 |
| Гуляш из говядины | 50/50 | 10,39 | 14,79 | 10,30 | 221,00 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 3,77 | 2,29 | 39,72 | 214,00 |
| Чай с сахаром, с лимоном | 185/10/5 | 0,11 | 0,02 | 10,15 | 41,32 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 19,80 | 99,00 |
| Итого: | 510 | 20,20 | 20,36 | 79,97 | 609,65 |

М Е Н Ю

для учащихся 5-9 классов Лагерской основной школы

на «25» 06 2026 г.

| Наименование блюд | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------------------------|-------------|--------------|--------------|----------------|-----------------------|
| Сыр порционно | 10 | 2,63 | 2,66 | 0,00 | 34,33 |
| Гуляш из говядины | 50/50 | 10,39 | 14,79 | 10,30 | 221,00 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 4,52 | 3,75 | 47,66 | 256,80 |
| Чай с сахаром, с лимоном | 185/10/5 | 0,11 | 0,02 | 10,15 | 41,32 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,84 | 79,20 |
| Итого: | 550 | 21,82 | 21,86 | 93,79 | 679,65 |

Повар: Э.М. Ларионова Е.М. Ларионова