



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ «ЛЕПЛЕЙСКАЯ СОШ»
И.Н.Головина/
2025 г

Меню – завтрак (Среда)

7-11 лет

Весна-Лето
Вторая неделя

№	наименование	вес	стоимость
1	Каша манная молочная Пищевая ценность: белки 4,29 г, жиры 3,78 г, углеводы 33,7 г;	187,15 ккал 200	26 руб
2	Чай с лимоном и сахаром Пищевая ценность: белки 0,3г, жиры 0 г, углеводы 6,7 г;	27,9 ккал 200	5 руб
3	Салат из свежих помидор Пищевая ценность: белки 1 г, жиры 5,2 г, углеводы 3,1 г;	62,5 ккал	18,88
4	Хлеб пшеничный/ ржаной Пищевая ценность: белки 3,8 г, жиры 0,45 г, углеводы 24,9 г;	113,2 ккал 100	6,3 руб
5	Сыр твердых сортов в нарезке Пищевая ценность: белки 7 г, жиры 8,8 г, углеводы 0 г;	107,5 ккал 30	20,98 руб
	Итого:		77,16 рублей

Меню – обед

7-11 лет

№	наименование	вес	стоимость
1	Суп картофельный с горохом Пищевая ценность: белки 8,35 г, жиры 5,8 г, углеводы 20,3г;	166,5 ккал 200	20 руб
2	Салат из свежих помидоров и огурцов Пищевая ценность: белки 1 г, жиры 5,2 г, углеводы 3,1 г;	62,5 ккал 60	27 руб
3	Картофельное пюре Пищевая ценность: белки 4,1г, жиры 8,1г, углеводы 26,4 г;	194,4 ккал 150	15 руб
4	Рыба тушеная с овощами (минтай) Пищевая ценность: белки 9,6 г, жиры 5,2 г, углеводы 4,4 г;	103 ккал 90	15,64 руб
5	Сок фруктовый Пищевая ценность: белки 20 г, жиры 2 г, углеводы 58 г;	330 ккал 200	10 руб
6	Хлеб пшеничный/ ржаной Пищевая ценность: белки 3,8 г, жиры 0,45 г, углеводы 24,9 г;	113,2 ккал 100	6,3 руб
	Итого:		93,94 рубля

Меню – обед

12 лет и старше

№	наименование	вес	стоимость
1	Суп картофельный с горохом Пищевая ценность: белки 8,35 г, жиры 5,8 г, углеводы 20,3г;	166,5 ккал 250	23 руб
2	Салат из свежих помидоров и огурцов Пищевая ценность: белки 1 г, жиры 5,2 г, углеводы 3,1 г;	62,5 ккал 100	27 руб
3	Картофельное пюре Пищевая ценность: белки 4,1г, жиры 8,1г, углеводы 26,4 г;	194,4 ккал 200	15 руб
4	Рыба тушеная с овощами (минтай) Пищевая ценность: белки 9,6 г, жиры 5,2 г, углеводы 4,4 г;	103 ккал 100	23 руб
5	Сок фруктовый Пищевая ценность: белки 20 г, жиры 2 г, углеводы 58 г;	330 ккал 200	10 руб
6	Хлеб пшеничный/ ржаной Пищевая ценность: белки 3,8 г, жиры 0,45 г, углеводы 24,9 г;	113,2 ккал 100	6,3 руб