

УТВЕРЖДАЮ

Директор Лагерской основной школы:

А. П. Майоров

## М Е Н Ю

для учащихся 1-4 классов Лагерской основной школы

на «30» 01 2026 г.

Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Сыр порционно	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
<b>Итого:</b>	<b>545</b>	<b>19,89</b>	<b>20,08</b>	<b>83,92</b>	<b>560,84</b>

## М Е Н Ю

для учащихся 5-9 классов Лагерской основной школы

на «30» 01 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
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
<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>18,25</b>	<b>19,27</b>	<b>80,42</b>	<b>565,63</b>

Повар: 01 Е.М. Ларионова