



Утверждено:  
Директор МКОУ Бейшенбайской СОШ № 5  
П.И. Лазарев

МЕНЮ  
на 30 января 2025  
по МКОУ Бейшенбайской СОШ № 5

Наименование блюда	Вес (г)		Стоимость	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	11	старше					
<b>Завтрак</b>							
Рисовый суп с курицей и грибами	300	300	18,10/18,24	199,0	4,15	8,55	49,76
Булочка с изюмом	150	150	10,53/10,53	303,45/303,45	6,13/5,13	13,55	54,43
Сок	200	200	140/140	102,00	0,10	-	0,60
Хлеб мякишкой	85	100	5,68/5,73	149,10	4,56	10,42	39,50
Чай с сахаром	40	60	3,89/5,09	14,10/19,10	0,10	0,10	1,10
Молоко - порошок	35	35	1100/1100	0			
<b>Итого:</b> 107,72/110,64							
<b>Обед</b>							
Чай с сахаром	100	250	22,15/22,24	217,80/301,00	1,55	1,55	35,32
Хлеб с сахаром	200	300	5,20/5,20	153,13	-	-	14,19
Хлеб мякишкой	85	100	5,68/5,73	149,10	4,56	10,42	39,50
Фруктовый салат	40	50	9,80/10,00	0			
<b>Итого:</b> 41,63/41,15							

Итого: 41,63/41,15  
Повар: Руш - Е.Н. Дубрава