

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «СОШ №3
им.Р.И.Гайрбекова с.Валерик»
_____ П.Д.Басаева
_____ 2026г.

Однодневное меню

Завтрак 1 неделя

Дата _____

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Вторник	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Картофельное пюре №377	100	2,7	4	5,8	70
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	14,52	17,6	75,84	519,84

