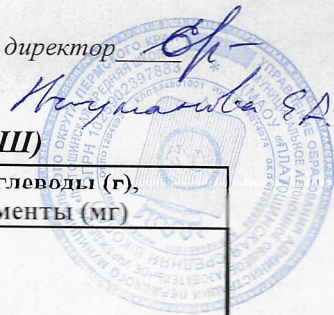


25.05.2026г

Курашимский филиал им Ф.Г.Старцева (Платошинская СШ)



| Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|--|--|
| Завтрак (начальная школа) 1-4 кл | |
| 35 Бутерброд с сыром (2-й вариант) | Калор-123, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-7 |
| 200 Каша рисовая вязкая | Калор-235, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-37 |
| 200 Чай с сахаром | Калор-38, Углеводы-9, Железо-1 |
| 20 Хлеб пшеничный | Калор-47, Белки-2, Углеводы-10 |
| 1шт Фрукты свежие | Калор-53, Углеводы-12, Железо-3 |
| Итого за завтрак | |
| | Калор-496, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-75, Железо-4 |
| Обед (средняя школа) 5-11 кл | |
| 100 Икра кабачковая | Калор-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, Железо-1 |
| 250/10 Щи из свежей капусты с картофелем | Калор-99, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8, Железо-1 |
| 100 Шницель рубленый | Калор-229, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-16, Железо-2 |
| 180 Каша гречневая рассыпчатая | Калор-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, Железо-4 |
| 200 Сок фруктовый | Калор-86, Белки-1, Углеводы-20, Железо-3 |
| 40 Хлеб ржаной | Калор-70, Белки-3, Углеводы-13, Железо-2 |
| 30 Хлеб пшеничный | Калор-71, Белки-2, Углеводы-15 |
| Итого за обед | |
| | Калор-881, Белки-32, Жиры-35, Углеводы-92, Железо-11 |
| Итого за день | |
| | Калор-1377, Белки-46, Жиры-50, Углеводы-167, Железо-15 |

Handwritten signature

| Учащиеся льготных категорий | 1-4 кл завтрак | 5-11 кл обед |
|-----------------------------|-----------------|--------------|
| Учащиеся 1-4 кл | 111-51 (1смена) | |
| Многодетные семьи | 111-51 | 125-03 |
| Малоимущие семьи | 111-51 | 125-03 |
| Учащиеся 5-11 кл | | 125/140 |



26.05.2026г

Насырманова Е.А.

Курашимский филиал им Ф.Г.Старцева (Платошинская СШ)

| Выход (г) | Наименование блюда | ЭН. ЦЕНА (ккал), белки (г), углеводы (г), Витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---|--------------------------------------|--|
| Завтрак (начальная школа) 1-4 кл | | |
| 90/30 | Тефтели из говядины в молочном соусе | Калор-204, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-10, Железо-2 |
| 150 | Макаронные изделия отварные | Калор-190, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-30, Железо-1 |
| 200 | Кофейный напиток с молоком | Калор-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14 |
| 60 | Хлеб пшеничный | Калор-141, Белки-5, Углеводы-30, Железо-1 |
| Итого за завтрак | | Калор-623, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-82, Железо-4 |
| Обед (средняя школа) 5-11 кл | | |
| 100 | Салат из свежей капусты и огурцов | Калор-109, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-3, Железо-1 |
| 250/5 | Рассольник Ленинградский со сметаной | Калор-129, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-16, Железо-1 |
| 120 | Курица в соусе с томатом | Калор-192, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-4, Железо-1 |
| 180 | Рис с овощами | Калор-214, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-38, Железо-1 |
| 200 | Компот из яблок с лимоном | Калор-60, Углеводы-14, Железо-1 |
| 40 | Хлеб ржаной | Калор-70, Белки-3, Углеводы-13, Железо-2 |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калор-94, Белки-3, Углеводы-20 |
| Итого за обед | | Калор-868, Белки-28, Жиры-36, Углеводы-108, Железо-6 |
| Итого за день | | Калор-1491, Белки-53, Жиры-57, Углеводы-191, Железо-10 |

| | | | | | |
|-----------------------------|--|------------------|--|--------------|--|
| Учащиеся льготных категорий | | 1-4 кл завтрак | | 5-11 кл обед | |
| Учащиеся 1-4 кл | | 111-51 (1 смена) | | | |
| Многодетные семьи | | 111-51 | | 125-03 | |
| Малоимущие семьи | | 111-51 | | 125-03 | |
| Учащиеся 5-11 кл | | | | 125/140 | |

