

МБОУ СОШ Усть-Элегестинская Муниципального района «Кызылский кожуун» РТ

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ Усть-Элегестинской СОШ  
 /Ооржак О.Р.

на 23 декабря 2025 г.



Вторник							
№ рец	Наименование блюда	Масса порции, г	Питательная ценность			Энергетическая ценность, кКал	Цена
			С 7 до 11 лет	Белки, г	Жиры, г		
<b>Завтрак</b>							
54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	90	12,6	9	7,05	159,6	20
54-1г-2020	Макаронные изделия	150	5	5,3	35	207,7	48
54-7хн-2020	Чай с лимоном	200	0,6	0	22,7	93,2	10
пром	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	11,45	57,85	1
фрукт	Банан	100	0,4	0,4	8,9	40,9	26,25
пром	Конфеты	100	0,4	0,4	8,9	40,9	26,25
<b>Обед</b>							
54-7с-2020	Рассольник	200	2,5	1,9	21	111,2	33
54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	90	12,6	9	7,05	159,6	20
54-1г-2020	Макаронные изделия	150	5	5,3	35	207,7	48
54-7хн-2020	Чай с лимоном	200	0,6	0	22,7	93,2	10
пром	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	11,45	57,85	1
пром	Конфеты	100	0,4	0,4	8,9	40,9	26,25
фрукт	Банан	100	0,4	0,4	8,9	40,9	26,25
пром	Булочка						
<b>Итого за обед:</b>							

