

МЕНЮ

«15» сентября 2023г.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 1
В.В. Мещуров

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блю да	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1-4 классы						
Усилен ный завтрак	Огурцы свежие в нарезке	60	0,48	0,06	1,98	8,4
	Гуляш	90	17,5	6,1	2,29	136,51
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45,0	263,8
	Чай с сахаром	200/ 15	0,12	-	12,04	48,64
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3.18	0,3	20,07	94.08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
	Итого за завтрак:	570	33,01	12,3	101,88	642,05
1-4 классы (ОВЗ)						
Завтрак:	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	200/ 5	5,12	6.62	32,61	210,13
	Чай с сахаром	200/ 15	0,12	-	12,04	48,64
	Хлеб пшеничный	60	6,00	0,88	39.60	181.24
	Яйцо вареное (шт)	40	5,08	4,6	0,28	62,80
Итого за завтрак:		520	16,32	12,1	84,53	502,81
Обед:	Огурцы свежие в нарезке	60	0,48	0,06	1,98	8,4
	Суп картофельный с горохом	200	1,87	3,11	10,89	79,03
	Гуляш	90	17,5	6,1	2,29	136,51
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45,0	263,8
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	-	27,89	113,79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3.18	0,3	20,07	94.08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за обед:		770	35,32	15,44	128,62	786,83
5-11 классы						
Завтрак (для ОВЗ)	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	250	6,3	8,23	40,56	261,38
	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15.31	61,62
	Хлеб пшеничный	60	6,00	0,88	39.60	181.24
	Яйцо вареное (шт)	40	5,08	4,6	0,28	62,80
Итого за завтрак:		570	17,5	13,71	92,48	554,06
Обед:	Огурцы свежие в нарезке	100	0,8	0,1	3,3	14,0
	Суп картофельный с горохом	250	2,34	3,89	13,61	98,79
	Гуляш	120	26,25	9,15	4,49	204,77
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45,0	263,8
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	-	27,89	113,79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3.18	0,3	20,07	94.08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за обед:		910	44,86	19,31	134,16	878,85

ИП Боковикова Е.И.

Боковикова