

## МЕНЮ

Дата: 12.02. 2024

Директор МБОУ СОШ № 1

В.В. Мещуров

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>1-4 класс</b>						
<b>Завтрак</b>	Салат из свежих помидоров	60	0,6	6,1	2,76	68,28
	Птица отварная	90/5	23,43	23,43	1,25	312,02
	Рис отварной	150	3,38	5,08	40,27	225,18
	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26,04	154,15
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,82
<b>Итого:</b>		<b>565</b>	<b>37,37</b>	<b>39,26</b>	<b>110,19</b>	<b>944,53</b>
<b>1-4 класс (ОВЗ)</b>						
<b>Завтрак</b>	Каша молочная пшеничная жидкая	205	7,44	8,07	35,28	243,92
	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26,04	154,15
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Булочка "Нежная" со сливочным маслом	60/10	5,06	14,32	36,24	453,6
<b>Итого:</b>		<b>505</b>	<b>19,28</b>	<b>26,74</b>	<b>117,36</b>	<b>942,29</b>
<b>Обед</b>	Салат из свежих помидоров	60	0,6	6,1	2,76	68,28
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,52	5,33	8,65	88,89
	Птица отварная	90/5	23,43	23,43	1,25	312,02
	Рис отварной	150	3,38	5,08	40,27	225,18
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	27,89	113,79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,82
<b>Итого:</b>		<b>765</b>	<b>35,67</b>	<b>40,68</b>	<b>120,69</b>	<b>993,06</b>
<b>5-11 классы</b>						
<b>Завтрак</b>	Салат из свежих помидоров	100	1	10,16	4,6	113,92
	Птица отварная	120	31,23	31,23	1,66	416,02
	Рис отварной	200	5,18	6,78	53,7	300,24
	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26,04	154,15
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,82
<b>Итого:</b>		<b>680</b>	<b>47,37</b>	<b>52,82</b>	<b>125,87</b>	<b>1169,23</b>
<b>5-11 класс (ОВЗ)</b>						
<b>Завтрак</b>	Каша молочная пшеничная жидкая	250/5	9,2	10	43,8	303,4
	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26,04	154,15
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Булочка "Нежная" со сливочным маслом	60/10	5,06	14,32	36,24	453,6
<b>Итого:</b>		<b>555</b>	<b>21,04</b>	<b>28,67</b>	<b>125,88</b>	<b>1001,77</b>
<b>Обед</b>	Салат из свежих помидоров	100	1	10,16	4,6	113,92
	Птица отварная	120	31,23	31,23	1,66	416,02
	Рис отварной	200	5,18	6,78	53,7	300,24
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	1,9	6,66	10,81	111,11
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	27,89	113,79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,82
<b>Итого:</b>		<b>930</b>	<b>46,05</b>	<b>55,57</b>	<b>138,53</b>	<b>1239,98</b>