

МЕНЮ

«22» февраля 2024 г.

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1-4 классы						
Усиленный завтрак:	Салат из капусты белокочанной и огурцов	60	0,6	3,6	1,86	42,0
	Суфле рыбное	90	12,6	5,4	2,7	100,8
	Картофельное пюре	150	3,19	6,06	23,29	160,41
	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,07	0,01	15,31	61,62
	Хлеб пш. ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
	Итого за завтрак:	582	22,64	15,81	83,03	549,53
1-4 классы (ОВЗ)						
Завтрак:	Каша пшенная молочная жидкая	205	6,04	7,27	34,29	227,16
	Чай с лимоном	200/15/7	0,07	0,01	15,31	61,62
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
	Бутерброд с джемом	10/20/15	1,32	7,6	20,65	156,6
	Итого за завтрак:	502	10,43	15,3	90,05	536,0
Обед:	Салат из капусты белокочанной и огурцов	60	0,6	3,6	1,86	42,0
	Суп крестьянский с крупой	200	1,8	6,1	12,3	112,4
	Суфле рыбное	90	12,6	5,4	2,7	100,8
	Картофельное пюре	150	3,19	6,06	23,29	160,41
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,87	114,56
	Хлеб пш. ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
	Итого за обед:	760	24,53	22,06	107,89	714,86
5-11 классы						
Обед:	Салат из капусты белокочанной и огурцов	100	1,0	6,0	3,1	70,0
	Суфле рыбное	120	16,8	7,2	3,6	134,4
	Суп крестьянский с крупой	250	2,31	7,74	15,43	140,59
	Картофельное пюре	200	4,26	8,08	31,06	213,94
	Чай с лимоном	200/15/7	0,07	0,01	15,31	61,62
	Хлеб пш. ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90,62
	Итого за обед:	952	30,62	29,77	108,37	911,13
5-11 классы (ОВЗ)						
Завтрак:	Каша пшенная молочная жидкая	250/5	7,5	9,04	42,6	282,56
	Чай с сахаром (лимон)	200/15/7	0,07	0,01	15,31	61,62
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
	Бутерброд с джемом	45	1,32	7,6	20,65	156,6
	Итого за завтрак:	552	11,89	17,09	98,36	591,40
Обед:	Салат из капусты белокочанной и огурцов	100	1,0	6,0	3,1	70,0
	Суп крестьянский с крупой	250	2,31	7,74	15,43	140,59
	Суфле рыбное	120	16,8	7,2	3,6	134,4
	Картофельное пюре	200	4,26	8,08	31,06	213,94
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,87	114,56
	Хлеб пш. ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
	Итого за обед:	930	30,71	29,92	120,93	858,19