

# МЕНЮ

«21» марта 2024 г.

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

| Прием пищи               | Наименование блюда                       | Вес блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------------------|--|-----------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
|                          |  |           | Б                    | Ж     | У      |                                |
| <b>1-4 классы</b>        |  |           |                      |       |        |                                |
| Усиленный завтрак:       | Салат из капусты с помидорами и огурцами | 60        | 1,33                 | 6,61  | 2,04   | 75,04                          |
|                          | Плов из отварной птицы                   | 240       | 42,51                | 51,81 | 46,91  | 853,82                         |
|                          | Сок фруктовый                            | 200       | 1,00                 | 0,2   | 22,0   | 88,00                          |
|                          | Хлеб 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:                        | 560       | 51,02                | 59,36 | 110,82 | 1201,56                        |
| <b>1-4 классы (ОВЗ)</b>  |  |           |                      |       |        |                                |
| Завтрак:                 | Каша ячневая молочная вязкая             | 205       | 7,23                 | 6,67  | 39,54  | 246,87                         |
|                          | Сок фруктовый                            | 200       | 1,00                 | 0,2   | 22,0   | 88,00                          |
|                          | Сдоба обыкновенная с маслом сливочным    | 60/10     | 4,82                 | 10,87 | 35,4   | 259,0                          |
|                          | Хлеб пшеничный                           | 30        | 3,00                 | 0,44  | 19,8   | 90,62                          |
|                          | Итого за завтрак:                        | 505       | 16,05                | 18,21 | 116,74 | 684,49                         |
| Обед:                    | Салат из капусты с помидорами и огурцами | 60        | 1,33                 | 6,61  | 2,04   | 75,04                          |
|                          | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200       | 2,26                 | 2,29  | 17,41  | 99,27                          |
|                          | Плов из отварной птицы                   | 240       | 42,51                | 51,81 | 46,91  | 853,82                         |
|                          | Компот из кураги                         | 200       | 0,33                 | 0,00  | 22,66  | 91,98                          |
|                          | Хлеб 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       | 52,61                | 61,45 | 128,89 | 1302,81                        |
| <b>5-11 классы</b>       |  |           |                      |       |        |                                |
| Обед:                    | Салат из капусты с помидорами и огурцами | 100       | 2,22                 | 11,02 | 3,40   | 121,74                         |
|                          | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250       | 2,83                 | 2,86  | 21,76  | 124,09                         |
|                          | Плов из отварной птицы                   | 280       | 49,6                 | 60,44 | 54,73  | 996,12                         |
|                          | Сок фруктовый                            | 200       | 1,00                 | 0,2   | 22,0   | 88,00                          |
|                          | Хлеб 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:                           | 890       | 61,83                | 75,26 | 141,76 | 1514,65                        |
| <b>5-11 классы (ОВЗ)</b> |  |           |                      |       |        |                                |
| Завтрак:                 | Каша ячневая молочная вязкая             | 255       | 8,9                  | 8,2   | 44,17  | 307,08                         |
|                          | Сок фруктовый                            | 200       | 1,00                 | 0,2   | 22,0   | 88,00                          |
|                          | Сдоба обыкновенная с маслом сливочным    | 60/10     | 4,82                 | 10,87 | 35,40  | 259,00                         |
|                          | Хлеб пшеничный                           | 30        | 3,00                 | 0,44  | 19,8   | 90,62                          |
|                          | Итого за завтрак:                        | 555       | 17,72                | 19,71 | 121,37 | 744,70                         |
| Обед:                    | Салат из капусты с помидорами и огурцами | 100       | 2,22                 | 11,02 | 3,40   | 121,74                         |
|                          | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250       | 2,83                 | 2,86  | 21,76  | 124,09                         |
|                          | Плов из отварной птицы                   | 280       | 49,6                 | 60,44 | 54,73  | 996,12                         |
|                          | Компот из кураги                         | 200       | 0,33                 | 0,00  | 22,66  | 91,98                          |
|                          | Хлеб 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:                           | 820       | 61,16                | 75,06 | 142,42 | 1518,63                        |

ИП Раджабов С.Н.о.

Зав. произ-м \_\_\_\_\_

Емелина А.А.