

МЕНЮ
24 июня 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	
ЛДО						
Обед	Салат из моркови и яблок	100	1	6,1	7,5	89
	Щи из св. капусты с картофелем со сметаной	250	2,09	6,33	10,64	107,83
	Котлета припущенная из птицы	100	15,74	17,79	10,74	265,84
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,48	6,52	54	316,57
	<i>Пюре картофельное</i>	<i>180</i>	<i>3,83</i>	<i>7,27</i>	<i>27,95</i>	<i>192,55</i>
	Чай с сахаром (лимон)	215	0,12	-	12,04	48,64
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90,62
	Сок	200	0,5	0,1	10,1	43
Итого за обед:		1090	36,11	37,58	144,89	1055,58
ЛДП						
Завтрак:	Каша овсяная из «Геркулеса» молочная жидкая с маслом	205	6,33	8,09	25,49	207,38
	Чай с сахаром	215	0,12	-	12,04	48,64
	Бутерброд с сыром	50	6,67	13,08	10,11	185
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за завтрак:		500	16,12	21,61	67,44	531,64
Обед:	Салат из моркови и яблок	60	0,6	3,66	4,5	53,4
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,67	5,3	8,51	86,26
	Котлета припущенная из птицы	90	14,17	16,01	9,67	239,26
	Каша гречневая рассыпчатая	150	<i>3,19</i> 8,73	5,43	<i>23,29</i> 45	<i>160,41</i> 263,8
	Чай с сахаром (лимон)	200	0,12	-	12,04	48,64
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90,62
Сок	200	0,5	0,1	10,1	43	
Итого за обед:		975	31,97	31,24	129,69	919,06

ИП Раджабов С.Н.
Зав. производством

Гилева Е.Е.



МЕНЮ
25 июня 2024 г.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ЛДО						
Обед	Салат из отварной свеклы	100	1,43	5,09	9,5	75,35
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	5,08	11,3	32,38	149,60
	Тефтели из говядины с рисом «ежики»	130	11,78	17,4	12,14	252,18
	Картофельное пюре	180	3,83	7,27	27,95	192,55
	Компот из сухофруктов	200	0,56		27,89	113,79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90,62
	Печенье «Choco Pie»	28	1,09	5,24	17,89	123,2
	Итого за обед:	948	29,95	47,04	167,62	1091,37
ЛДП						
Завтрак:	Каша молочная пшеничная жидкая	205	7,44	8,07	35,28	243,92
	Бутерброд с повидлом	65	1,77	7,8	32,95	209,3
	Кофейный напиток с молоком	200	1,4	1,6	17,35	89,32
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за завтрак:		500	13,61	17,91	105,38	633,16
Обед:	Салат из свеклы	60	0,86	3,05	5,7	45,21
	Рассольник ленинградский со сметаной	200	4,02	9,04	25,9	119,68
	Тефтели из говядины с рисом «ежики»	100	9,16	13,53	9,44	196,14
	Картофельное пюре	150	3,19	5,43	23,29	160,41
	Компот из сухофруктов	200	0,56		27,89	113,79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90,62
Печенье «Choco Pie»		28	1,09	5,24	17,89	123,2
Итого за обед:		798	25,06	37,03	149,98	943,13

ИП Раджабов С.Н.
Зав. производством

Гилева Е.Е.