

МЕНЮ

25 сентября 2024г



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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1-4 классы						
Обед	Салат из свеклы с чесноком	60	0,84	6,05	5,53	79,97
	Голубцы ленивые	130	8,44	8,6	6,34	136,56
	Пюре картофельное с маслом	150	3,19	5,43	23,29	160,41
	Напиток из шиповника	200	0,68		21,01	46,87
	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:	582	22,64	15,81	83,03	549,53
1-4 классы (ОВЗ)						
Завтрак:	Каша кукурузная молочная жидкая	205	7,44	8,07	35,28	243,92
	Чай с сахаром	215	0,12		12,04	48,64
	Печенье	50	3,75	4,9	37,2	207,5
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за завтрак:	500	14,31	13,41	104,32	590,68	
Обед:	Салат из свеклы с чесноком	60	0,84	6,05	5,53	79,97
	Суп картофельный с клецками	230	3	2,63	13,47	89,55
	Голубцы ленивые	130	8,44	8,6	6,34	136,56
	Пюре картофельное с маслом	150	3,19	5,43	23,29	160,41
	Напиток из шиповника	200	0,68		21,01	46,87
	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:	830	22,33	23,45	109,51	698,06	
5-11 классы						
Завтрак (для ОВЗ)	Каша кукурузная молочная жидкая	255	9,33	10,09	44,1	304,9
	Чай с сахаром	215	0,12		12,04	48,64
	Печенье	50	3,75	4,9	37,2	207,5
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за завтрак:	550	16,2	15,43	113,14	651,66	
Обед:	Огурцы свежие в нарезке	100	0,8	0,1	3,32	14,00
	Суп картофельный с клецками	280	3,75	3,29	16,84	111,94
	Пюре картофельное с маслом	180	3,83	7,27	27,95	192,55
	Голубцы ленивые	140	9,37	9,56	7,04	151,73
	Напиток из шиповника	200	0,68		21,01	46,87
	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:	960	24,61	20,96	116,03	701,79
5-11 классы						
Завтрак	Салат из свеклы с чесноком	100	1,4	10,08	9,22	133,28
	Голубцы ленивые	140	9,37	9,56	7,04	151,73
	Пюре картофельное с маслом	180	3,83	7,27	27,95	192,55
	Напиток из шиповника	200	0,68		21,01	46,87
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,7	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Итого за завтрак:	680	21,46	27,65	105,09	709,13