

МЕНЮ  
01 октября 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>						
Обед	Салат из отварной свеклы	60	0,86	3,05	5,7	45,21
	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
	Итого за завтрак	570	19,95	22,75	106,19	700,25
<b>1-4 классы (ОВЗ)</b>						
Завтрак:	Каша молочная пшеничная жидкая	200/5	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
Итого за обед:		770	23,97	31,79	132,09	819,93
<b>5-11 классы</b>						
Завтрак (для ОВЗ)	Каша молочная пшеничная	255	9,3	10,09	44,1	304,9
	Бутерброд с повидлом	65	1,77	7,8	32,95	203,9
	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:		550	15,47	19,93	114,2	688,74
Обед:	Салат из 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
Итого за обед:		920	28,86	41,80	149,73	968,17
<b>5-11 классы</b>						
Завтрак	Салат из свеклы	100	1,43	5,09	9,5	75,35
	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	0,3	20,7	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Итого за завтрак:		670	23,78	30,5	117,35

И.И. Раджабов

(Подпись)