

МЕНЮ
11 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	
1-4 классы						
Обед	Салат из белокочанной капусты и огурцов	60	0,6	3,6	1,86	42
	Тефтели рыбные	130	11,51	7,05	11,78	155,66
	Чай с сахаром и лимоном	222	0,07	0,01	15,31	6,62
	Картофельное пюре	150	3,19	6,06	23,29	160,41
	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:	582	21,55	17,46	92,11	604,39
1-4 классы (ОВЗ)						
Завтрак:	Каша пшеничная молочная жидкая	205	6,04	7,27	34,29	227,16
	Чай с сахаром (лимон)	222	0,07	0,01	15,31	61,62
	Бутерброд с джемом	45	1,32	7,6	20,65	156,6
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за завтрак:	502	10,43	15,3	90,05	536	
Обед:	Салат из белокочанной капусты и огурцов	60	0,6	3,6	1,86	42
	Суп крестьянский с крупой	200	1,8	6,1	12,3	112,4
	Тефтели рыбные	90	11,51	7,05	11,78	155,66
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,87	114,56
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
	Картофельное пюре	150	3,19	6,06	23,29	160,41
Итого за обед:	760	23,44	23,71	116,97	769,73	
5-11 классы						
Завтрак (для ОВЗ)	Каша пшеничная молочная жидкая	255	7,55	9,09	42,86	283,95
	Чай с сахаром	222	0,07	0,01	15,31	61,62
	Бутерброд с джемом	45	1,32	7,6	20,65	156,6
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за завтрак:	552	11,94	17,14	98,62	592,79	
Обед:	Салат из белокочанной капусты и огурцов	100	1	6	3,1	70,00
	Суп крестьянский с крупой	250	2,31	7,74	15,43	140,59
	Тефтели рыбные	140	12,79	7,83	13,09	172,96
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,87	114,56
	Хлеб	30	3,18	0,30	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
	Пюре картофельное с маслом	180	3,83	7,27	27,95	192,55
Итого за обед:	930	26,27	29,74	127,31	875,36	
5-11 классы						
Завтрак	Салат из белокочанной капусты и огурцов	100	1,0	6,0	3,1	70,0
	Тефтели рыбные	140	12,79	7,83	13,09	172,96
	Картофельное пюре	180	3,83	7,27	27,95	192,55
	Чай с сахаром и лимоном	222	0,07	0,01	15,31	61,62
	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:	702	23,87	21,85	99,32	681,83

ИП Раджабов С.Н.

(Подпись)