

МЕНЮ

« 26 » сентября 2022 г.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 8

 В.К. Русских

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1-4 классы						
Обед	Огурцы маринованные с лимон. кислотой	60	0,4	0,05	0,85	5,5
	Котлета из говядины	90	13,7	15,0	7,3	227,2
	Макароны отварные с маслом слив.	150	5,52	5,29	35,23	211,09
	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	22,0	88,0
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90,62
	Итого за завтрак:		560	26,8	21,28	105,25
1-4 классы (ОВЗ)						
Завтрак:	Каша овсяная из «Геркулеса» молочная жидкая с маслом	205	6,33	8,09	25,49	207,38
	Чай с сахаром	200	-	-	14,98	60
	Бутерброд с сыром	45	6,62	9,48	10,06	152,0
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за завтрак:		480	15,95	18,01	70,33	510,00
Обед:	Огурцы маринованные с лимон. кислотой	60	0,4	0,05	0,85	5,5
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,67	5,3	8,51	86,26
	Котлета из говядины	90	13,7	15,0	7,3	227,2
	Макароны отварные с маслом слив.	150	5,52	5,29	35,23	211,09
	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	22,0	88,0
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90,62
Итого за обед:		760	28,47	26,58	113,76	803,05
5-11 классы						
Завтрак (для ОВЗ)	Каша овсяная из «Геркулеса» молочная жидкая с маслом	205	6,33	8,09	25,49	207,38
	Чай с сахаром	200	-	-	14,98	60
	Бутерброд с сыром	45	6,62	9,48	10,06	152,0
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за завтрак:		480	15,95	18,01	70,33	510,00
Обед:	Огурцы маринованные с лимон. кислотой	100	0,4	0,05	0,85	5,5
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,09	6,33	10,64	107,83
	Котлета из говядины	120	18,31	20,09	9,84	303,0
	Макароны отварные с маслом слив.	200	7,36	7,06	47,1	281,46
	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	22,0	88,0
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90,62
Итого за обед:		930	35,34	34,47	130,3	982,37

ИП Боковикова Е.И.

