

МЕНЮ

« 9 » ноября 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						
Завтрак	Огурец свежий в нарезке	60	3,5	0,2	0,025	0,83
	Тефтели из говядины с рисом (ёжики)	90/30	11,78	17,4	12,14	252,18
	Пюре картофельное с маслом Капуста тушеная	150	2,13	4,04	15,53	106,97
			1,31	1,62	6,73	43,58
	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	22,0	88,0
	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:		590	22,6	24,03	97,1	678,93
1-4 классы (ОВЗ)						
Завтрак:	Каша кукурузная молочная жидкая	205	6,08	6,6	37,1	232,2
	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26,04	154,15
	Вафли	50	1,95	15,3	31,25	270,5
	Хлеб пшеничный.	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за завтрак:		485	14,81	26,25	114,19	747,47
Обед:	Огурцы свежие в нарезке	60	0,2	0,025	0,83	3,5
	Суп картофельный с клецками	200/30	3,0	2,63	13,47	89,55
	Тефтели из говядины с рисом (ёжики)	90/30	11,78	17,4	12,14	252,18
	Пюре картофельное с маслом Капуста тушеная	150	2,13	4,04	15,53	106,97
			1,31	1,62	6,73	43,58
	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	22,0	88,0
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94,08
Итого за обед:		820	25,6	26,66	110,57	768,48
5-11 классы						
Завтрак (для ОВЗ)	Каша кукурузная молочная жидкая	205	6,08	6,6	37,1	232,2
	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26,04	154,15
	Вафли	50	1,95	15,3	31,25	270,5
	Хлеб пшеничный.	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за завтрак:		485	14,81	26,25	114,19	747,47
Обед:	Огурцы свежие в нарезке	100	0,4	0,05	1,66	7,0
	Суп картофельный с клецками	250/30	3,75	3,29	16,84	111,94
	Тефтели из говядины с рисом (ёжики)	120/50	15,7	23,19	16,18	336,24
	Пюре картофельное с маслом Капуста тушеная	100	2,13	4,04	15,53	106,97
			1,31	1,62	6,73	43,58
	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	22,0	88,0
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94,08
	Итого за обед:		930	30,47	33,13	118,81

ИП Боковой Е.И.

