

# МЕНЮ

« 14 » 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	
<b>1-4 классы</b>						
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
	<b>Итого за завтрак:</b>		<b>560</b>	<b>26,8</b>	<b>21,28</b>	<b>105,25</b>
<b>1-4 классы (ОВЗ)</b>						
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:		<b>760</b>	<b>28,47</b>	<b>26,58</b>	<b>113,76</b>	<b>803,05</b>
<b>5-11 классы</b>						
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:		<b>930</b>	<b>35,34</b>	<b>34,47</b>	<b>130,3</b>	<b>982,37</b>

ИП Боковикова Е.И.

