


# МЕНЮ

« 25 » 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                    | Салат из капусты белокочанной и огурцов | 60        | 0,5                  | 3,0   | 1,55   | 35,0                           |
|                         | Суфле рыбное                            | 90        | 12,6                 | 5,4   | 2,7    | 100,8                          |
|                         | Картофельное пюре                       | 150       | 3,19                 | 6,06  | 23,29  | 160,41                         |
|                         | Компот из свежих яблок (с витамином С)  | 200       | 0.16                 | 0.16  | 27.87  | 114.56                         |
|                         | Хлеб пш. 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:       |   | 560       | 22,63                | 15,36 | 95,28  | 595,47                         |
| <b>1-4 классы (ОВЗ)</b> |   |           |                      |       |        |                                |
| Завтрак:                | Каша пшенная молочная жидкая            | 205       | 6,04                 | 7,27  | 34,29  | 227,16                         |
|                         | Чай с сахаром (лимон)                   | 200/7     | 0,07                 | 0,01  | 15.31  | 61,62                          |
|                         | Хлеб пшеничный                          | 30        | 3,00                 | 0,44  | 19,8   | 90,62                          |
|                         | Бутерброд с маслом                      | 30        | 1,27                 | 11,3  | 7,7    | 137,5                          |
| Итого за завтрак:       |   | 472       | 10,38                | 19,02 | 77,1   | 516,9                          |
| Обед:                   | Салат из капусты белокочанной и огурцов | 60        | 0,5                  | 3,0   | 1,55   | 35,0                           |
|                         | Суп крестьянский с крупой               | 200       | 1,8                  | 6,1   | 12,3   | 112,4                          |
|                         | Суфле рыбное                            | 90        | 12,6                 | 5,4   | 2,7    | 100,8                          |
|                         | Картофельное пюре                       | 150       | 3,19                 | 6,06  | 23,29  | 160,41                         |
|                         | Компот из свежих яблок (с витамином С)  | 200       | 0.16                 | 0.16  | 27.87  | 114.56                         |
|                         | Хлеб пш. ржано-пшеничный                | 30        | 3,18                 | 0,30  | 20,07  | 94,08                          |
|                         | Хлеб пшеничный                          | 30        | 3,00                 | 0,44  | 19,8   | 90,62                          |
| Итого за обед:          |   | 760       | 24,43                | 21,46 | 107,58 | 707,86                         |
| <b>5-11 классы</b>      |   |           |                      |       |        |                                |
| Завтрак (для ОВЗ)       | Каша пшенная молочная жидкая            | 205       | 6,04                 | 7,27  | 34,29  | 227,16                         |
|                         | Чай с сахаром (лимон)                   | 200/7     | 0,07                 | 0,01  | 15.31  | 61,62                          |
|                         | Хлеб пшеничный                          | 30        | 3,00                 | 0,44  | 19,8   | 90,62                          |
|                         | Бутерброд с маслом                      | 30        | 1,27                 | 11,3  | 7,7    | 137,5                          |
| Итого за завтрак:       |   | 472       | 10,38                | 19,02 | 77,1   | 516,9                          |
| Обед:                   | Салат из капусты белокочанной и огурцов | 100       | 1,0                  | 6,0   | 3,1    | 70,0                           |
|                         | Суп крестьянский с крупой               | 250       | 2,31                 | 7,74  | 15,43  | 140,59                         |
|                         | Суфле рыбное                            | 120       | 16,8                 | 7,2   | 3,6    | 134,4                          |
|                         | Картофельное пюре                       | 200       | 4.26                 | 8.08  | 31.06  | 213.94                         |
|                         | Компот из свежих яблок (с витамином С)  | 200       | 0.16                 | 0.16  | 27.87  | 114.56                         |
|                         | Хлеб пш. ржано-пшеничный                | 30        | 3,18                 | 0,30  | 20,07  | 94,08                          |
|                         | Хлеб пшеничный                          | 30        | 3,00                 | 0,44  | 19,8   | 90,62                          |
| Итого за обед:          |   | 930       | 30.71                | 29.92 | 120.93 | 858.19                         |

ИП Боковикова Е.И.

