


МЕНЮ

« 14 » декабря 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 свежие в нарезке	60	0,4	0,05	1,65	7,0
	Мясо тушеное	50/50	17,5	6,1	2,99	136,51
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45,0	263,8
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	-	27,89	113,79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
	Итого за завтрак:	570	33,37	12,32	117,4	705,8
1-4 классы (ОВЗ)						
Завтрак:	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	205	5,12	6,62	32,61	210,13
	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
	Хлеб пшеничный	60	6,00	0,88	39,60	181,24
	Яйцо вареное (шт)	40	5,08	4,6	0,28	62,80
Итого за завтрак:		505	16,27	12,11	87,8	515,79
Обед:	Огурцы свежие в нарезке	60	0,4	0,05	1,65	7,0
	Суп картофельный с горохом	200	1,87	3,11	10,89	79,03
	Мясо тушеное	50/50	17,5	6,1	2,99	136,51
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45,0	263,8
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	-	27,89	113,79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
	Итого за обед:	770	35,24	15,43	128,29	784,83
5-11 классы						
Завтрак (для ОВЗ)	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	205	5,12	6,62	32,61	210,13
	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
	Хлеб пшеничный	60	6,00	0,88	39,60	181,24
	Яйцо вареное (шт)	40	5,08	4,6	0,28	62,80
Итого за завтрак:		500	505	16,27	12,11	87,8
Обед:	Огурцы свежие в нарезке	100	0,4	0,05	1,65	7,0
	Суп картофельный с горохом	250	2,34	3,89	13,61	98,79
	Мясо тушеное	75/75	26,25	9,15	4,49	204,77
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45,0	263,8
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	-	27,89	113,79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
	Итого за обед:	910	44,46	19,26	132,51	871,85

ИП Боковикова Е.И.

