


МЕНЮ

13 января 2023 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	Салат из капусты белокачанной 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
1-4 классы (ОВЗ)						
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 белокачанной 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
5-11 классы						
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 белокачанной 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.

