

МЕНЮ

20 мая 2024г



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 моркови | 60 | 0,68 | 6,05 | 6,23 | 82,08 |
| | Рыба, припущенная в молоке | 95 | 13,3 | 8,2 | 3,1 | 145,7 |
| | Рис отварной | 150 | 3,89 | 5,09 | 40,28 | 225,18 |
| | Чай с сахаром, лимоном | 222 | 0,07 | 0,01 | 15,31 | 61,62 |
| | 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: | 587 | 24,12 | 20,09 | 104,79 | 699,28 |
| 1-4 классы (ОВЗ) | | | | | | |
| Завтрак: | Каша гречневая вязкая на молоке | 205 | 7,94 | 8,21 | 35,13 | 246,17 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 1,4 | 1,6 | 17,35 | 89,32 |
| | Бутерброд с сыром | 65 | 6,62 | 9,48 | 10,06 | 152,00 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,8 | 90,62 |
| Итого за завтрак: | 500 | 18,96 | 19,73 | 82,34 | 578,11 | |
| Обед: | Салат из моркови | 60 | 0,68 | 6,05 | 6,23 | 82,08 |
| | Рассольник домашний | 200 | 4,0 | 9,0 | 25,9 | 119,6 |
| | Рыба, припущенная в молоке | 95 | 13,3 | 8,2 | 3,1 | 145,7 |
| | Рис отварной | 150 | 3,89 | 5,09 | 40,28 | 225,18 |
| | Компот из яблок с лимоном | 200 | 0,25 | 0,25 | 25,35 | 104,07 |
| | 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: | 765 | 28,3 | 29,33 | 140,73 | 861,33 | |
| 5-11 классы | | | | | | |
| Завтрак (для ОВЗ) | Каша гречневая вязкая на молоке | 255 | 9,93 | 10,26 | 43,91 | 307,71 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 1,4 | 1,6 | 17,35 | 89,32 |
| | Бутерброд с сыром | 45 | 6,62 | 9,48 | 10,06 | 152,00 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,8 | 90,62 |
| Итого за завтрак: | 530 | 20,95 | 21,78 | 91,12 | 630,65 | |
| Обед: | Салат из моркови | 100 | 1,14 | 10,08 | 10,38 | 136,8 |
| | Рассольник домашний | 250 | 5,03 | 11,3 | 32,38 | 149,6 |
| | Рыба тушеная в сметанном соусе | 140 | 15,42 | 13,47 | 3,61 | 205,32 |
| | Рис отварной. | 180 | 4,66 | 6,1 | 48,33 | 270,22 |
| | Кисель из яблок с лимоном | 200 | 0,25 | 0,25 | 25,35 | 104,07 |
| | 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: | 930 | 32,68 | 41,94 | 159,92 | 1050,71 | |

ИП Раджабов  (Подпись)