

МЕНЮ

14 октября 2024 г.



Составлено:
И.О. Сидорова МБОУ СОУ №8
Селькова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1-4 классы						
Обед	Огурцы свежие в нарезке	60	0,48	0,06	1,99	8,4
	Котлета припущенная из птицы	90	14,17	16,01	9,67	239,26
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	263,8
	Чай с сахаром	200/15	-	-	14,98	60
	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 завтрак:	575	29,56	22,24	111,51	756,16
1-4 классы (ОВЗ)						
Завтрак:	Каша овсяная из «Геркулеса» молочная жидкая с маслом	205	6,33	8,09	25,49	207,38
	Чай с сахаром	215	0,12	-	12,04	48,64
	Бутерброд с сыром	50	6,67	13,08	10,11	185
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за завтрак:	500	16,12	21,61	67,44	531,64	
Обед:	Салат из моркови	60	0,68	6,05	6,23	82,08
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,67	5,3	8,51	86,26
	Котлета припущенная из птицы	90	14,17	16,01	9,67	239,26
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	263,8
	Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,01	46,87
	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:	760	32,11	33,53	130,29	902,97	
5-11 классы						
Завтрак (для ОВЗ)	Каша овсяная из «Геркулеса» молочная жидкая с маслом	255	7,9	11,13	31,86	259,23
	Чай с сахаром	200/15	0,12	-	12,04	48,64
	Бутерброд с сыром	50	6,67	13,08	10,11	185,0
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за завтрак:	550	17,69	24,65	73,81	583,49	
Обед:	Огурцы свежие в нарезке	100	0,8	0,01	3,3	14
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,09	6,33	10,64	107,83
	Котлета припущенная из птицы	100	15,74	17,79	10,74	265,84
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,48	6,52	54	316,57
	Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,01	46,87
	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:	890	35,97	31,39	139,56	935,81	
5-11 классы						
Завтрак	Огурцы свежие в нарезке	100	0,8	0,01	3,3	14
	Котлета припущенная из птицы	105	15,74	17,79	10,74	265,84
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,48	6,52	54	316,57
	Чай с сахаром	215	0,12	-	12,04	48,64
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,7	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Итого за завтрак:	660	33,32	25,06	120,58	829,75

ИП Раджабов С.Н. (Подпись)