

МЕНЮ
15 октября 2024 г.



Составлено:
О. Д. Директор МБОУ СОШ №8
И. В. Селькова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1-4 классы						
Обед	Салат из отварной свеклы	60	0,86	3,05	5,7	45.21
	Тефтели из говядины с рисом «ежики»	100	9,16	13,53	9,44	196.14
	Картофельное пюре	150	3,19	5,43	23,29	160.41
	Компот из сухофруктов	200	0,56		27,89	113.79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94.08
	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90.62
	Итого за завтрак	570	19,95	22,75	106,19	700.25
1-4 классы (ОВЗ)						
Завтрак:	Каша молочная пшеничная жидкая	200/5	7,44	8,07	35,28	243.92
	Бутерброд с повидлом	65	1,77	7,8	32,95	209.3
	Кофейный напиток с молоком	200	1,4	1,6	17,35	89.32
	Хлеб пшеничный	30	3.00	0,44	19.8	90.62
Итого за завтрак:		500	13.61	17.91	105.38	633.16
Обед:	Салат из свеклы	60	0,86	3,05	5,7	45.21
	Рассольник ленинградский со сметаной	200	4,02	9,04	25,9	119.68
	Тефтели из говядины с рисом «ежики»	100	9,16	13,53	9,44	196.14
	Картофельное пюре	150	3.19	5,43	23,29	160.41
	Компот из сухофруктов	200	0,56		27,89	113.79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94.08
	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90.62
Итого за обед:		770	23.97	31.79	132.09	819.93
5-11 классы						
Завтрак (для ОВЗ)	Каша молочная пшеничная	255	9,3	10,09	44,1	304,9
	Бутерброд с повидлом	65	1,77	7,8	32,95	203,9
	Кофейный напиток с молоком	200	1,4	1,6	17,35	89,32
	Хлеб пшеничный	30	3.00	0,44	19,8	90.62
Итого за завтрак:		550	15.47	19.93	114.2	688.74
Обед:	Салат из свеклы	100	1,43	5,09	9,5	75.35
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	5,08	11,3	32,38	149.60
	Тефтели из говядины с рисом «ежики»	130	11,78	17,4	12,14	252.18
	Картофельное пюре	180	3,83	7,27	27,95	192.55
	Компот из сухофруктов	200	0,56		27,89	113.79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94.08
	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90.62
Итого за обед:		920	28.86	41.80	149.73	968.17
5-11 классы						
Завтрак	Салат из свеклы	100	1,43	5,09	9,5	75.35
	Тефтели из говядины с рисом «ежики»	130	11,78	17,4	12,14	252.18
	Картофельное пюре	180	3,83	7,27	27,95	192.55
	Компот из сухофруктов	200	0,56		27,89	113,79
	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:	670	23,78	30,5	117,35	818,57

ИП Раджабов

(Подпись)