

МЕНЮ

09 декабря 2024 г.



Согласовано:

 И.О. Директор МБОУ СОШ № 8
 Е.К. Белькова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1-4 классы						
Завтрак	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
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

ИП Раджабов С.Н. (Подпись)