

МЕНЮ
24 декабря 2024 г.



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

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

ИИ Ралжабов

(Подпись)