

МЕНЮ

04 сентября 2025 г.



Согласовано:
И. О. Директор МБОУ СОШ №8
И. И. Бардакова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)	У	Энергетическая ценность (ккал)
------------	--------------------	-----------	----------------------	---	--------------------------------

1-4 классы

Завтрак	Салат из капусты белокачанной	60	0.87	3.6	5.04	56.4
	Рагу из птицы	240	21.09	26.87	24.96	423.20
	Компот из свежих яблок	200	0.16		14.99	60.64
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	3.18	0.30	20.07	94.08
	Хлеб пшеничный	30	3.00	0.44	19.8	90.62
	Итого за завтрак:	560	28.3	31.21	84.86	724.94

1-4 классы (ОВЗ)

Завтрак:	Каша ячневая молочная вязкая	205	7.23	6.67	39.54	246.87
	Какао с молоком	200	3.77	3.93	25.95	153.92
	Сдоба обыкновенная с маслом сливочным	70	4.82	10.87	35.40	259
	Хлеб пшеничный	30	3.00	0.44	19.8	90.62
Итого за завтрак:		505	18.82	21.91	120.69	750.41

Обед:	Салат из капусты белокачанной	60	0.87	3.6	5.04	56.4
	Свекольник	200	1.54	5.07	8.04	83.33
	Рагу из птицы	240	21.09	26.87	24.96	423.20
	Компот из свежих яблок	200	0.16	0.00	14.99	60.64
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	3.18	0.30	20.07	94.08
	Хлеб пшеничный	30	3.00	0.44	19.8	90.62
	Итого за обед:	760	29.84	36.28	92.9	808.27

5-11 классы

Завтрак (для ОВЗ)	Каша ячневая молочная вязкая	255	9.04	8.34	49.43	308.59
	Какао с мол. оком	200	3.77	3.93	25.95	153.92
	Сдоба обыкновенная с маслом сливочным	70	4.82	10.87	35.40	259.0
	Хлеб пшеничный	30	3.00	0.44	19.8	90.62
Итого за завтрак:		555	20.63	23.58	130.58	812.13

Обед:	Салат из капусты белокачанной	100	1.45	6	8.4	94
	Свекольник	250	1.93	6.34	10.05	104.16
	Рагу из курицы	280	23.07	29.39	27.30	462.87
	Компот из свежих яблок	200	0.16	0.00	14.99	60.64
	Хлеб	30	3.18	0.30	20.07	94.08
	Хлеб пшеничный	30	3.00	0.44	19.8	90.62
	Итого за обед:	890	32.79	42.47	100.61	906.37

5-11 классы

	Салат из капусты белокачанной	100	1.45	6	8.4	94
	Рагу из курицы	280	23.07	29.39	27.3	462.87
	Компот из свежих яблок	200	0.16	0	14.99	60.64
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	3.18	0.3	20.07	94.08
	Хлеб пшеничный	30	3.00	0.44	19.8	9.62
	Итого за завтрак:	640	30.86	36.13	90.56	802.21

И. И. Раджабов С.Н.

(Подпись)



МЕНЮ

04 сентября 2025



Согласовано:
МБОУ СОШ № 3
Н.Г. Бардакова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче- ская ценность (ккал.)
			Б	Ж	У	
1-4 классы						
Завтрак	Салат из капусты белокочанной	60	0.87	3.6	5.04	56.4
	Рагу из птицы	240	21.09	26.87	24.96	423.20
	Компот из свежих яблок	200	0.16		14.99	60.64
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3.18	0.30	20.07	94.08
	Хлеб пшеничный	30	3.00	0.44	19.8	90.62
	Итого за завтрак:	560	28.3	31.21	84.86	724.94
1-4 классы (ОВЗ)						
Завтрак:	Каша ячневая молочная вязкая	205	7.23	6.67	39.54	246.87
	Какао с молоком	200	3.77	3.93	25.95	151.92
	Сдоба обыкновенная с маслом сливочным	70	4.82	10.87	35.40	259
	Хлеб пшеничный	30	3.00	0.44	19.8	90.62
Итого за завтрак:		505	18.82	21.91	120.69	750.41
Обед:	Салат из капусты белокочанной	60	0.87	3.6	5.04	56.4
	Свекольник	200	1.54	5.07	8.04	83.33
	Рагу из птицы	240	21.09	26.87	24.96	423.20
	Компот из свежих яблок	200	0.16	0.00	14.99	60.64
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3.18	0.30	20.07	94.08
	Хлеб пшеничный	30	3.00	0.44	19.8	90.62
	Итого за обед:	760	29.84	36.28	92.9	808.27
5-11 классы						
Завтрак (для ОВЗ)	Каша ячневая молочная вязкая	205	9.04	8.34	49.43	308.59
	Какао с молоком	200	3.77	3.93	25.95	151.92
	Сдоба обыкновенная с маслом сливочным	70	4.82	10.87	35.40	259.0
	Хлеб пшеничный	30	3.00	0.44	19.8	90.62
Итого за завтрак:		555	20.63	23.58	130.58	812.13
Обед:	Салат из капусты белокочанной	100	1.45	6	8.4	94
	Свекольник	200	1.93	6.34	10.05	106.16
	Рагу из курицы	280	23.07	29.39	27.30	462.87
	Компот из свежих яблок	200	0.16	0.00	14.99	60.64
	Хлеб	30	3.18	0.30	20.07	94.08
	Хлеб пшеничный	30	3.00	0.44	19.8	90.62
	Итого за обед:	890	32.79	42.47	101.61	906.27
5-11 классы						
	Салат из капусты белокочанной	100	1.45	6	8,4	94
	Рагу из курицы	280	23.07	29.39	27,3	462,87
	Компот из свежих яблок	200	0.16	0	14.99	60,64
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3.18	0,3	20.07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3.00	0,44	19.8	9.62
	Итого за завтрак:	640	30.86	36.13	90.56	802,21

И.И. Раджабов, С.П. (Подпись)

