

МЕНЮ
02 сентября 2025 г.



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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1-4 классы						
Завтрак	Салат из отварной свеклы	60	0.8	3.05	5.7	45.21
	Тефтели из говядины с рисом «ежики»	100	9.16	13.53	9.44	196.14
	Макароны отварные с маслом слив.	150	5.52	5.29	35.23	211.09
	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	22.13	22.61	113.31	770.93
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	103.38	633.16
Обед:	Салат из свеклы	60	0.8	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
	Макароны отварные с маслом слив.	150	5.52	5.29	35.23	211.09
	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	26.3	31.65	144.03	870.61
5-11 классы						
Завтрак (для ОВЗ)	Каша молочная пшеничная	255	9.2	10.09	44.1	304.9
	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:		550	15.37	19.93	114.2	688.74
Обед:	Салат из отварной свеклы	100	1.43	5.09	9.5	75.35
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	5.03	11.3	32.38	149.60
	Тефтели из говядины с рисом «ежики»	130	11.78	17.4	12.14	252.18
	Макароны отварные с маслом слив.	180	6.84	6.35	42.39	253.31
	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	31.37	40.88	164.17	1028.93
5-11 классы						
Завтрак	Салат из отварной 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
	Макароны отварные с маслом слив.	180	6.84	6.35	42.39	253.31
	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	26.79	29.58	131.79	879.33

Н.П. Бардакова (Подпись)



МЕНЮ
02 сентября 2025 г.



Согласовано:
И. О. Директор МБОУ СОШ № 8
Н.П. Бардыкова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Нутриенты вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1-4 классы						
Завтрак	Салат из отварной свеклы	60	0,8	3,05	5,7	45,21
	Тефтели из говядины с рисом «ежики»	100	9,16	13,53	9,44	196,14
	Макаронны отварные с маслом слив.	150	5,52	5,29	35,23	211,09
	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	22,13	22,61	113,31	770,93
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	103,38	523,16
Обед	Салат из свеклы	60	0,80	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
	Макаронны отварные с маслом слив.	150	5,52	5,29	35,23	211,09
	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	26,3	31,65	144,03	870,61
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	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:		550	15,47	19,93	114,2	688,74
Обед	Салат из отварной 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
	Макаронны отварные с маслом слив.	180	6,84	6,35	42,39	253,31
	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	31,87	40,88	164,17	1028,93
5-11 классы						
Завтрак	Салат из отварной 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
	Макаронны отварные с маслом слив.	180	6,84	6,35	42,39	253,31
	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	25,79	29,58	131,79	879,33

Н.П. Раджабов

(Подпись)