

МЕНЮ

15 сентября 2025 г.



Согласовано:
 Директор МКОУ СОШ № 8
 ПМ, Бардакова

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------------------|--|------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1-4 классы | | | | | | |
| Завтрак | Салат из капусты белокачанной | 60 | 0,87 | 3,6 | 5,04 | 56,4 |
| | Котлета принужденная 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 | 0,12 | - | 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 | 30,07 | 25,78 | 114,56 | 804,16 |
| 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 капусты белокачанной | 60 | 0,87 | 3,6 | 5,04 | 56,4 |
| | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200 | 1,67 | 5,3 | 8,51 | 86,26 |
| | Котлета принужденная 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 | 32,3 | 31,08 | 129,1 | 877,29 |
| 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: | Салат из капусты белокачанной | 100 | 1,45 | 6 | 8,4 | 94 |
| | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250 | 2,09 | 6,33 | 10,64 | 107,83 |
| | Котлета принужденная 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 | 36,62 | 37,38 | 144,66 | 1015,81 |
| 5-11 классы | | | | | | |
| Завтрак | Салат из капусты белокачанной | 100 | 1,45 | 6 | 8,4 | 94 |
| | Котлета принужденная 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 | 33,85 | 31,05 | 127,99 |

ИИ Ражабов С.Н.

(Подпись)

МЕНЮ

15 сентября 2025 г.



| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------------------|--|--------------|----------------------|---------------|----------------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1-4 классы | | | | | | |
| Завтрак | Салат из капусты белокочанной | 60 | 0.87 | 3.6 | 5.04 | 56.4 |
| | 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 | 0.12 | - | 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 | 30,07 | 25,78 | 114,56 | 804,16 |
| 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 капусты белокочанной | 60 | 0.87 | 3.6 | 5.04 | 56.4 |
| | 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 |
| Итого за обед: | 760 | 32,3 | 31,08 | 129,1 | 877,29 | |
| 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: | Салат из капусты белокочанной | 100 | 1.45 | 6 | 8.4 | 94 |
| | 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 | 36,62 | 37,38 | 144,66 | 1015,81 | |
| 5-11 классы | | | | | | |
| Завтрак | Салат из капусты белокочанной | 100 | 1.45 | 6 | 8.4 | 94 |
| | 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 | 33,85 | 31,05 | 127,99 | 921,11 |



(Подпись)