

МЕНЮ
01 октября 2025г.



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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1-4 классы						
Завтрак	Икра из моркови	60	1.36	4.54	8.17	71.75
	Птица отварная	90	23.43	23.43	1.25	312.02
	Рис отварной	150	3.89	5.09	40.28	225.18
	Чай с сахаром	200	0.12	0	12.04	48.64
	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	560	34.98	33.8	101.61	842.29
1-4 классы (ОВЗ)						
Завтрак:	Каша «Дружба»	200/5	6.55	8.33	35.09	241.11
	Чай с молоком	200	1.4	1.6	17.34	89.32
	Яйцо отварное	40	5.08	4.6	0.28	62.8
	Хлеб пшеничный	60	6.00	0.88	39.6	181.24
Итого за завтрак:		505	19.03	15.41	92.31	574.47
Обед:	Икра из моркови	60	1.36	4.54	8.17	71.75
	Суп Картофельный с горохом	200	1.87	3.11	10.89	79.03
	Птица отварная	90	23.43	23.43	1.25	312.02
	Рис отварной	150	3.89	5.09	40.28	225.18
	Компот из изюма	200	0.33	0	22.66	91.98
	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:		760	37.06	36.91	123.12	964.66
5-11 классы						
Завтрак (для ОВЗ)	Каша «Дружба»	255	8.19	10.41	44.88	301.4
	Чай с молоком	200	1.4	1.6	17.34	89.32
	Яйцо вареное	40	5.08	4.6	0.28	62.8
	Хлеб пшеничный	60	6.00	0.88	39.60	181.24
Итого за завтрак:		555	20.67	17.49	102.1	634.76
Обед:	Икра морковная	100	2.27	7.57	13.62	119.59
	Суп Картофельный с горохом	250	2.34	3.89	13.61	98.79
	Птица отварная	100	26	26.03	1.39	346.69
	Рис отварной	180	4.66	6.1	48.33	270.22
	Компот из сухофруктов	200	0.56	0	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:		890	42.01	44.33	144.71	1133.78
5-11 классы						
Завтрак	Икра морковная	100	2.27	7.57	13.62	119.59
	Птица отварная	100	26	26.03	1.39	346.69
	Рис отварной	180	4.66	6.1	48.33	270.22
	Чай с сахаром	215	0.12	0	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:	655	39.23	40.44	115.25	969.84

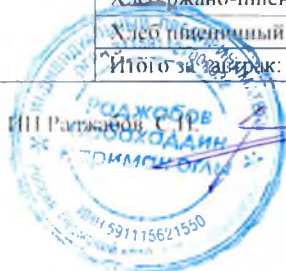
И.И. Бардакова (Подпись)



МЕНЮ
01 октября 2025г.



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1-4 классы						
Завтрак	Икра из моркови	60	1.36	4.54	8.17	71.75
	Птица отварная	90	23.43	23.43	1.25	312.02
	Рис отварной	150	3.89	5.09	40.28	225.18
	Чай с сахаром	200	0.12	0	12.04	48.64
	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	560	34.98	33.8	101.61	842.29
1-4 классы (ОВЗ)						
Завтрак:	Каша «Дружба»	200/5	6.55	8.33	35.09	241.11
	Чай с молоком	200	1.4	1.6	17.34	89.32
	Яйцо отварное	40	5.08	4.6	0.28	62.8
	Хлеб пшеничный	60	6.00	0.88	39.6	181.24
Итого за завтрак:		505	19.03	15.41	92.31	574.47
Обед:	Икра из моркови	60	1.36	4.54	8.17	71.75
	Суп Картофельный с горохом	200	1.87	3.11	10.89	79.03
	Птица отварная	90	23.43	23.43	1.25	312.02
	Рис отварной	150	3.89	5.09	40.28	225.18
	Компот из изюма	200	0.33	0	22.66	91.98
	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:		760	37.06	36.91	123.12	964.66
5-11 классы						
Завтрак (для ОВЗ)	Каша «Дружба»	255	8.19	10.41	44.88	301.4
	Чай с молоком	200	1.4	1.6	17.34	89.32
	Яйцо вареное	40	5.08	4.6	0.28	62.8
	Хлеб пшеничный	60	6.00	0.88	39.60	181.24
Итого за завтрак:		555	20.67	17.49	102.1	634.76
Обед:	Икра морковная	100	2.27	7.57	13.62	119.59
	Суп Картофельный с горохом	250	2.34	3.89	13.61	98.79
	Птица отварная	100	26	26.03	1.39	346.69
	Рис отварной	180	4.66	6.1	48.33	270.22
	Компот из сухофруктов	200	0.56	0	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:		890	42.01	44.33	144.71	1133.78
5-11 классы						
Завтрак	Икра морковная	100	2.27	7.57	13.62	119.59
	Птица отварная	100	26	26.03	1.39	346.69
	Рис отварной	180	4.66	6.1	48.33	270.22
	Чай с сахаром	215	0.12	0	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:	655	39.23	40.44	115.25	969.84



(Подпись)