МЕНЮ 15 октября 2025г

> Согласовано: ДОКУментов Пирскогр МБОУ СОП № 8 П.Г. Бардакова

		11/4	200	0.75		
Прием аници	Наименование блюда	Вес блюда	Нищевые вещества (г)			Эпергетическ
		0.110_13	Б	ж	У	(ккал)
		1-4 классы				
Завтрак	Икра из моркови	60	1.36	1.54	8.17	71.75
	Итица 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 ишеничный	30	3,0	0,44	19.8	90,62
	Итого за завтрак	560	34.98	33.8	101.61	8-12.29
	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 ишеничный	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
	Сун 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-ишеничный	30	3,18	0.30	20,07	94.08
	Хлеб ишеничный	30	3,0	0,44	19.8	90,62
troro la οδέχι:		760	37,06	36,91	123.12	964.66
4того за обед:		5-11 классы				
автрак (шя	Каша «Дружба»	5-11 классы 255	8.19	10.41	44.88	301,4
	Каша «Дружба» Чай с молоком	5-11 классы 255 200	8.19 1.4	10.41	44.88 17.34	301,4 89,32
автрак (для	Каша «Дружба» Чай с молоком Яйно вареное	5-11 классы 255 200 40	8.19 1.4 5.08	10.41 1.6 4.6	44.88 17.34 0.28	301,4 89,32 62.8
автрак (для рВЗ)	Каша «Дружба» Чай с молоком Яйцо варенос Хлеб ишеничный	5-11 классы 255 200 40 60	8.19 1.4 5.08 6.00	10.41 1.6 4.6 0.88	44.88 17.34 0.28 39,60	301.4 89.32 62.8 181.24
автрак (для рВЗ)	Каша «Дружба» Чай с молоком Яйцо варенос Хлеб ишеничный	5-11 классы 255 200 40	8.19 1.4 5.08 6.00 20.67	10.41 1.6 4.6 0.88 17.49	17.34 0.28 39.60 102.1	301.4 89.32 62.8 181.24 634.76
автрак (для рВЗ)	Каша «Дружба» Чай с молоком Яйно вареное Хлеб ишеничный нк: Икра морковная	5-11 классы 255 200 40 60 555 100	8.19 1.4 5.08 6.00 20.67 2.27	10.41 1.6 4.6 0.88 17.49 7.57	144.88 17.34 0.28 39.60 102.1 13.62	301,4 89,32 62,8 181,24 634,76 119,59
автрак (для рВЗ)	Каша «Дружба» Чай с молоком Яйцо вареное Хлеб ишеничный к: Икра морковная Сун Картофельный с горохом	5-11 классы 255 200 40 60 555 100 250	8.19 1.4 5.08 6.00 20.67 2.27 2.34	10.41 1.6 4.6 0.88 17.49 7.57 3.89	17.34 0.28 39.60 102.1 13.62 13.61	301.4 89.32 62.8 181.24 634.76 119.59 98.79
авграк (для)ВЗ) Ного за завтра	Каша «Дружба» Чай с молоком Яйно вареное Хлеб ишеничный к: Икра морковная Сун Картофельный с горохом Птица отварная	5-11 классы 255 200 40 60 555 100 250 100	8.19 1.4 5.08 6.00 20.67 2.27 2.34 26	10.41 1.6 4.6 0.88 17.49 7.57 3.89 26.03	44.88 17.34 0.28 39.60 102.1 13.62 13.61 1.39	301.4 89.32 62.8 181.24 634.76 119.59 98.79 346.69
авграк (для)ВЗ) Ного за завтра	Каша «Дружба» Чай с молоком Яйно вареное Хлеб ишеничный вк: Икра морковная Сун Картофельный с горохом Птица отварная Рис отварной	5-11 классы 255 200 40 60 555 100 250 100 180	8.19 1.4 5.08 6.00 20.67 2.27 2.34 26 4.66	10.41 1.6 4.6 0.88 17.49 7.57 3.89 26.03 6.1	44.88 17.34 0.28 39.60 102.1 13.62 13.61 1.39 48.33	301,4 89,32 62,8 181,24 634,76 119,59 98,79 346,69 270,22
авграк (для)ВЗ) Ного за завтра	Каша «Дружба» Чай с молоком Яйцо вареное Хлеб ишеничный к: Икра морковная Сун Картофельный с горохом Итица отварная Рис отварной Компот из сухофруктов	5-11 классы 255 200 40 60 555 100 250 100 180 200	8.19 1.4 5.08 6.00 20.67 2.27 2.34 26 4.66 0.56	10.41 1.6 4.6 0.88 17.49 7.57 3.89 26.03 6.1	17.34 0.28 39.60 102.1 13.62 13.61 1.39 48.33 27.89	301.4 89.32 62.8 181.24 634.76 119.59 98.79 346.69 270.22 113.79
авграк (для)ВЗ) Ного за завтра	Каша «Дружба» Чай с молоком Яйцо варенос Хлеб ишеничный к: Икра морковная Сун Картофельный с горохом Итица отварная Рис отварной Компот из сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный	5-11 классы 255 200 40 60 555 100 250 100 180 200 30	8.19 1.4 5.08 6.00 20.67 2.27 2.34 26 4.66 0.56 3.18	10.41 1.6 4.6 0.88 17.49 7.57 3.89 26.03 6.1 0	44.88 17.34 0.28 39.60 102.1 13.62 13.61 1.39 48.33 27.89 20.07	301.4 89.32 62.8 181.24 634.76 119.59 98.79 346.69 270.22 113.79 94.08
автрак (для)ВЗ) Пого за вавтра	Каша «Дружба» Чай с молоком Яйцо вареное Хлеб ишеничный к: Икра морковная Сун Картофельный с горохом Итица отварная Рис отварной Компот из сухофруктов	5-11 классы 255 200 40 60 555 100 250 100 180 200 30 30	8.19 1.4 5.08 6.00 20.67 2.27 2.34 26 4.66 0.56 3.18 3.0	10.41 1.6 4.6 0.88 17.49 7.57 3.89 26.03 6.1 0 0.30 0.44	44.88 17.34 0.28 39.60 102.1 13.62 13.61 1.39 48.33 27.89 20.07 19.8	301.4 89.32 62.8 181.24 634.76 119.59 98.79 346.69 270.22 113.79 94.08 90.62
автрак (для)ВЗ) того за вавтра бед:	Каша «Дружба» Чай с молоком Яйно вареное Хлеб ишеничный к: Икра морковная Сун Картофельный с горохом Итица отварная Рис отварной Компот из сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный Хлеб пшеничный	5-11 классы 255 200 40 60 555 100 250 100 180 200 30 30 890	8.19 1.4 5.08 6.00 20.67 2.27 2.34 26 4.66 0.56 3.18	10.41 1.6 4.6 0.88 17.49 7.57 3.89 26.03 6.1 0	44.88 17.34 0.28 39.60 102.1 13.62 13.61 1.39 48.33 27.89 20.07	301.4 89.32 62.8 181.24 634.76 119.59 98.79 346.69 270.22 113.79 94.08
автрак (для)ВЗ) Пого за вавтра	Каша «Дружба» Чай с молоком Яйно вареное Хлеб ишеничный к: Икра морковная Сун Картофельный с горохом Итица отварная Рис отварной Компот из сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный Хлеб пшеничный	5-11 классы 255 200 40 60 555 100 250 100 180 200 30 30	8.19 1.4 5.08 6.00 20.67 2.27 2.34 26 4.66 0.56 3.18 3.0	10.41 1.6 4.6 0.88 17.49 7.57 3.89 26.03 6.1 0 0.30 0.44	44.88 17.34 0.28 39.60 102.1 13.62 13.61 1.39 48.33 27.89 20.07 19.8	301.4 89.32 62.8 181.24 634.76 119.59 98.79 346.69 270.22 113.79 94.08 90.62
автрак (для)ВЗ) Ггого за вавтра	Каша «Дружба» Чай с молоком Яйцо вареное Хлеб ишеничный вк: Икра морковная Сун Картофельный с горохом Итица отварная Рис отварной Компот из сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный Хлеб пшеничный	5-11 классы 255 200 40 60 555 100 250 100 180 200 30 30 890 5-11 классы	8.19 1.4 5.08 6.00 20.67 2.27 2.34 26 4.66 0.56 3.18 3.0 42,01	10.41 1.6 4.6 0.88 17.49 7.57 3.89 26.03 6.1 0 0.30 0.44 44.33	44.88 17.34 0.28 39.60 102.1 13.62 13.61 1.39 48.33 27.89 20.07 19.8 144.71	301.4 89.32 62.8 181.24 634.76 119.59 98.79 346.69 270.22 113.79 94.08 90.62
автрак (для)ВЗ) Ного за завтра	Каша «Дружба» Чай с молоком Яйцо вареное Хлеб ингеничный к: Икра морковная Сун Картофельный с горохом Итица отварная Рис отварной Компот из сухофруктов Хлеб ржано-ишеничный Хлеб пшеничный	5-11 классы 255 200 40 60 555 100 250 100 180 200 30 30 890 5-11 классы	8.19 1.4 5.08 6.00 20.67 2.27 2.34 26 4.66 0.56 3.18 3.0 42.01	10.41 1.6 4.6 0.88 17.49 7.57 3.89 26.03 6.1 0 0.30 0.44 44.33	44.88 17.34 0.28 39.60 102.1 13.62 13.61 1.39 48.33 27.89 20.07 19.8 144.71	301.4 89.32 62.8 181.24 634.76 119.59 98.79 346.69 270.22 113.79 94.08 90.62 1133.78
автрак (для)ВЗ) Ного за завтра	Каша «Дружба» Чай с молоком Яйцо вареное Хлеб ишеничный к: Икра морковная Сун Картофельный с горохом Итица отварная Рис отварной Компот из сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный Хлеб ишеничный Икра морковная Итица отварная	5-11 классы 255 200 40 60 555 100 250 100 180 200 30 30 890 5-11 классы 100 100	8.19 1.4 5.08 6.00 20.67 2.27 2.34 26 4.66 0.56 3.18 3.0 42.01	10.41 1.6 4.6 0.88 17.49 7.57 3.89 26.03 6.1 0 0.30 0.44 44.33	44.88 17.34 0.28 39.60 102.1 13.62 13.61 1.39 48.33 27.89 20.07 19.8 144.71	301.4 89.32 62.8 181.24 634.76 119.59 98.79 346.69 270.22 113.79 94.08 90.62 1133.78
автрак (для)ВЗ) Ного за завтра	Каша «Дружба» Чай с молоком Яйцо вареное Хлеб ишеничный к: Икра морковная Сун Картофельный с горохом Итица отварная Рис отварной Компот из сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный Хлеб ишеничный Икра морковная Итица отварная Рис отварная	5-11 классы 255 200 40 60 555 100 250 100 180 200 30 30 890 5-11 классы 100 100 180	8.19 1.4 5.08 6.00 20.67 2.27 2.34 26 4.66 0.56 3.18 3.0 42.01 2.27 26 4.66	10.41 1.6 4.6 0.88 17.49 7.57 3.89 26.03 6.1 0 0.30 0.44 44.33 7.57 26.03 6.1	44.88 17.34 0.28 39.60 102.1 13.62 13.61 1.39 48.33 27.89 20.07 19.8 144.71 13.62 1.39 48.33	301.4 89.32 62.8 181.24 634.76 119.59 98.79 346.69 270.22 113.79 94.08 90.62 1133.78
авграк (для)ВЗ) Того за завгра)бед:	Каша «Дружба» Чай с молоком Яйцо вареное Хлеб ишеничный к: Икра морковная Сун Картофельный с горохом Итица отварная Рис отварной Компот из сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный Хлеб ишеничный Икра морковная Итица отварная Рис отварная Рис отварной Чай с сахаром	5-11 классы 255 200 40 60 555 100 250 100 180 200 30 30 890 5-11 классы 100 180 215	8.19 1.4 5.08 6.00 20.67 2.27 2.34 26 4.66 0.56 3.18 3.0 42.01 2.27 26 4.66 0.12	10.41 1.6 4.6 0.88 17.49 7.57 3.89 26.03 6.1 0 0.30 0.44 44.33 7.57 26.03 6.1 0	44.88 17.34 0.28 39.60 102.1 13.62 13.61 1.39 48.33 27.89 20.07 19.8 144.71	301.4 89.32 62.8 181.24 634.76 119.59 98.79 346.69 270.22 113.79 94.08 90.62 1133.78
автрак (шя	Каша «Дружба» Чай с молоком Яйцо вареное Хлеб ишеничный к: Икра морковная Сун Картофельный с горохом Итица отварная Рис отварной Компот из сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный Хлеб ишеничный Икра морковная Итица отварная Рис отварная	5-11 классы 255 200 40 60 555 100 250 100 180 200 30 30 890 5-11 классы 100 100 180	8.19 1.4 5.08 6.00 20.67 2.27 2.34 26 4.66 0.56 3.18 3.0 42.01 2.27 26 4.66	10.41 1.6 4.6 0.88 17.49 7.57 3.89 26.03 6.1 0 0.30 0.44 44.33 7.57 26.03 6.1	17.34 0.28 39.60 102.1 13.62 13.61 1.39 48.33 27.89 20.07 19.8 144.71 13.62 1.39 48.33 12.04	301.4 89.32 62.8 181.24 634.76 119.59 98.79 346.69 270.22 113.79 94.08 90.62 1133.78

одинсь)

HII Раджабая