

МЕНЮ

18 марта 2026г.

Согласовано:
 Директор МБОУ СОШ № 8
 Н.Г. Бардакова

ДОКУМЕНТ
 для
 энергетическая ценность
 (ккал)

Примечание	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	С	
1-4 классы							
Усиленный 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, ШПД)							
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 (ОВЗ)							
Завтрак	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						
Усиленный 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. Раджабов С.П. (Подпись)