

# МЕНЮ

26 марта 2026г

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



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Усиленный завтрак	Икра из моркови	60	1,36	4,54	8,17	71,75
	Котлета «Пермская»	90	14,4	13,95	10,8	227,7
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	263,80
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,80	90,62
	Итого за завтрак:	560	34,44	28,59	129,79	901,87
Завтрак:	Каша манная молочная вязкая	205	6,53	7,03	38,78	244,92
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92
	Сдоба обыкновенная	70	2,8	5,41	16,7	126,69
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за завтрак:	505	16,1	16,81	101,23	616,15	
Обед:	Икра из моркови	60	1,36	4,54	8,17	71,75
	Суп из овощей	200	1,54	4,69	1,01	92,19
	Котлета «Пермская»	90	14,4	13,95	10,8	227,7
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	263,8
	Компот из замороженных ягод	200	0,2	0,1	10,7	44,0
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,80	90,62
	Итого за обед:	760	34,41	29,45	115,55	884,14
Завтрак	Каша манная молочная вязкая	250	8,16	8,79	48,48	306,15
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92
	Сдоба обыкновенная с маслом сливочным	70	4,82	10,87	35,40	259
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за завтрак:	550	19,75	24,03	129,63	809,69	
Обед:	Икра из моркови	100	2,27	7,57	13,62	119,59
	Суп из овощей	250	1,93	5,86	12,59	115,94
	Котлета «Пермская»	100	16	15,50	12	253
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,48	6,52	54	316,57
	Компот из замороженных ягод	200	0,2	0,1	10,7	44,0
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,80	90,62
	Итого за обед:	890	37,06	36,29	142,78	1033,8

### 5-11 классы

Усиленный завтрак	Икра из моркови	100	2,27	7,57	13,62	119,59	17,00
	Котлета «Пермская»	100	16,0	15,5	12,0	253	45,54
	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,73	5,43	45	263,8	28,00
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92	13,00
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,7	94,08	5,00
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62	5,00
	Итого за завтрак:	660	36,95	33,17	136,44	975,01	113,54

ИИ Ражабов С.И. (Подпись)

