

МЕНЮ

14 мая 2026г



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

| 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 |

И.И. Раджабов, С.П. (Подпись)

