

# МЕНЮ

« 30 » ноября 2021 г.

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 8

 В.К. Русских

| Прием пищи              | Наименование блюда               | Вес блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|----------------------------------|-----------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|
|                         |                                  |           | Б                    | Ж     | У     |                                |
| <b>1-4 классы</b>       |                                  |           |                      |       |       |                                |
| Обед                    | Салат из моркови и яблок         | 50        | 0,45                 | 5,08  | 4,12  | 62,8                           |
|                         | Биточки из говядины              | 90        | 13,7                 | 15,0  | 7,3   | 227,2                          |
|                         | Макароны отварные с маслом слив. | 150       | 5,52                 | 5,29  | 35,23 | 211,09                         |
|                         | Кисель из концентрата ягодного   | 200       | 1,36                 | -     | 29,02 | 116,19                         |
|                         | Хлеб ржано-пшеничный             | 30        | 3,18                 | 0,3   | 20,07 | 94,08                          |
|                         | Хлеб пшеничный                   | 30        | 3,00                 | 0,44  | 19,8  | 90,62                          |
|                         | Итого за завтрак:                |           | 550                  | 27,21 | 26,11 | 115,54                         |
| <b>1-4 классы (ОВЗ)</b> |                                  |           |                      |       |       |                                |
| Завтрак:                | Запеканка пшеничная с творогом   | 150       | 12,5                 | 6,5   | 37,4  | 258,0                          |
|                         | Чай с сахаром (лимон)            | 200/7     | -                    | -     | 14,98 | 60                             |
|                         | Бутерброд с сыром                | 25/20     | 6,62                 | 9,48  | 10,06 | 152,00                         |
|                         | Хлеб пшеничный                   | 30        | 3,00                 | 0,44  | 19,8  | 90,62                          |
| Итого за завтрак:       |                                  | 432       | 22,12                | 16,42 | 82,24 | 560,62                         |
| Обед:                   | Салат из моркови и яблок         | 50        | 0,45                 | 5,08  | 4,12  | 62,8                           |
|                         | Рассольник домашний              | 200       | 4,0                  | 9,0   | 25,9  | 119,6                          |
|                         | Биточки из говядины              | 90        | 13,7                 | 15,0  | 7,3   | 227,2                          |
|                         | Макароны отварные с маслом слив. | 150       | 5,52                 | 5,29  | 35,23 | 211,09                         |
|                         | Кисель из концентрата ягодного   | 200       | 1,36                 | -     | 29,02 | 116,19                         |
|                         | Хлеб ржано-пшеничный             | 30        | 3,18                 | 0,3   | 20,07 | 94,08                          |
|                         | Хлеб пшеничный                   | 30        | 3,00                 | 0,44  | 19,8  | 90,62                          |
|                         | Итого за обед:                   |           | 750                  | 31,21 | 35,11 | 141,44                         |
| <b>5-11 классы</b>      |                                  |           |                      |       |       |                                |
| Завтрак (для ОВЗ)       | Запеканка пшеничная с творогом   | 150       | 12,5                 | 6,5   | 37,4  | 258,0                          |
|                         | Чай с сахаром (лимон)            | 200/7     | -                    | -     | 14,98 | 60                             |
|                         | Бутерброд с сыром                | 25/20     | 6,62                 | 9,48  | 10,06 | 152,00                         |
|                         | Хлеб пшеничный                   | 30        | 3,00                 | 0,44  | 19,8  | 90,62                          |
| Итого за завтрак:       |                                  | 432       | 22,12                | 16,42 | 82,24 | 560,62                         |
| Обед:                   | Салат из моркови и яблок         | 100       | 0,9                  | 10,16 | 8,24  | 128,12                         |
|                         | Рассольник домашний              | 250       | 5,03                 | 11,3  | 32,38 | 149,6                          |
|                         | Биточки из говядины              | 120       | 18,31                | 20,09 | 9,84  | 303,00                         |
|                         | Макароны отварные с маслом слив. | 200       | 7,36                 | 7,06  | 47,1  | 281,46                         |
|                         | Кисель из концентрата ягодного   | 200       | 1,36                 | -     | 29,02 | 116,19                         |
|                         | Хлеб ржано-пшеничный             | 30        | 3,18                 | 0,3   | 20,07 | 94,08                          |
|                         | Хлеб пшеничный                   | 30        | 3,00                 | 0,44  | 19,8  | 90,62                          |
|                         | Итого за обед:                   |           | 930                  | 39,14 | 49,35 | 166,45                         |

ИП Боковой Е.И.

