


МЕНЮ

« 16 » февраля 2022 г.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 8

 В.К. Русских

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|-------------------------------------|-----------|----------------------|--------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1-4 классы | | | | | | |
| Завтрак | Огурец свежий в нарезке | 25 | 3,5 | 0,2 | 0,025 | 0,83 |
| | Тефтели из говядины с рисом (ёжики) | 90/30 | 11,78 | 17,4 | 12,14 | 252,18 |
| | Пюре картофельное с маслом | 100 | 2,13 | 4,04 | 15,53 | 106,97 |
| | Капуста тушеная | 50 | 1,31 | 1,62 | 6,73 | 43,58 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,0 | 0,2 | 22,0 | 88,0 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 3,18 | 0,30 | 20,07 | 94,08 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,8 | 90,62 |
| | Итого за завтрак: | 555 | 22,6 | 24,03 | 97,1 | 678,93 |
| 1-4 классы (ОВЗ) | | | | | | |
| Завтрак: | Каша кукурузная молочная жидкая | 205 | 6,08 | 6,6 | 37,1 | 232,2 |
| | Какао с молоком сгущенным | 200 | 3,78 | 3,91 | 26,04 | 154,15 |
| | Вафли | 50 | 1,95 | 15,3 | 31,25 | 270,5 |
| | Хлеб пшеничный. | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,8 | 90,62 |
| Итого за завтрак: | 485 | 14,81 | 26,25 | 114,19 | 747,47 | |
| Обед: | Огурцы свежие в нарезке | 25 | 0,2 | 0,025 | 0,83 | 3,5 |
| | Суп картофельный с клецками | 200/30 | 3,0 | 2,63 | 13,47 | 89,55 |
| | Тефтели из говядины с рисом (ёжики) | 90/30 | 11,78 | 17,4 | 12,14 | 252,18 |
| | Пюре картофельное с маслом | 100 | 2,13 | 4,04 | 15,53 | 106,97 |
| | Капуста тушеная | 50 | 1,31 | 1,62 | 6,73 | 43,58 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,0 | 0,2 | 22,0 | 88,0 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 3,18 | 0,30 | 20,07 | 94,08 |
| | Итого за обед: | 785 | 25,6 | 26,66 | 110,57 | 768,48 |
| 5-11 классы | | | | | | |
| Завтрак (для ОВЗ) | Каша кукурузная молочная жидкая | 205 | 6,08 | 6,6 | 37,1 | 232,2 |
| | Какао с молоком сгущенным | 200 | 3,78 | 3,91 | 26,04 | 154,15 |
| | Вафли | 50 | 1,95 | 15,3 | 31,25 | 270,5 |
| | Хлеб пшеничный. | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,8 | 90,62 |
| Итого за завтрак: | 485 | 14,81 | 26,25 | 114,19 | 747,47 | |
| Обед: | Огурцы свежие в нарезке | 50 | 0,4 | 0,05 | 1,66 | 7,0 |
| | Суп картофельный с клецками | 250/30 | 3,75 | 3,29 | 16,84 | 111,94 |
| | Тефтели из говядины с рисом (ёжики) | 120/50 | 15,7 | 23,19 | 16,18 | 336,24 |
| | Пюре картофельное с маслом | 100 | 2,13 | 4,04 | 15,53 | 106,97 |
| | Капуста тушеная | 50 | 1,31 | 1,62 | 6,73 | 43,58 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,0 | 0,2 | 22,0 | 88,0 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 3,18 | 0,30 | 20,07 | 94,08 |
| | Итого за обед: | 910 | 30,47 | 33,13 | 118,81 | 878,43 |

ИП Боковикова Е.И.

