

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ р.п.Жадовка"

МО "Барышский район"

С.В.Аблаева

МЕНЮ

16.01.2025

Завтрак 1-4 классы

Неделя 2 четверг

№п/п	Прием пищи, наименование блюда	цена, руб	Масса порции	Пищевые вещества (г)			калорийность
				Белки	Жиры	Углеводы	
1	Тефтели "Детские" с овощами тешёными	17,55	60	9,40	12,40	13,10	201,50
2	Макароны отварные	12,60	150	5,30	4,90	32,8	196,80
3	Морковь в нарезке	3,00	60	0,80	0,10	4,1	20,20
4	Чай фруктовый	3,66	200	0,30	0,10	1,60	8,6
5	Хлеб пшеничный	2,65	40	3,00	0,30	19,70	93,80
Итого за Завтрак		39,46	510	18,80	17,80	71,30	520,90

Обед 1-4 классы

1	Яйцо вареное		20	2,40	2,00	0,10	28,30
2	Суп картофельный с макаронными изделиями		200	5,4	5,5	15,5	133,30
3	Фрикадельки "Детские"		90	10,10	13,20	14,20	215,70
4	Каша гречневая рассыпчатая		150	7,10	3,70	31,20	186,30
5	Компот из фруктовой ягодной смеси		200	0,50	0,1	25,30	104,40
6	Хлеб ржано-пшеничный		50	3,30	0,60	19,8	97,8
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		100,25	710	28,8	25,1	106,1	765,8

Завтрак 5-11 классы

1	Тефтели "Детские" с овощами тешёными	23,4	80	12,50	16,60	17,40	268,70
2	Макароны отварные	12,6	150	5,30	4,90	32,8	196,80
3	Морковь в нарезке	3	60	0,80	0,10	4,1	20,20
4	Чай фруктовый	3,66	200	0,60	0,20	7,00	32,4
5	Хлеб пшеничный	3,98	60	4,60	0,50	29,50	140,60
Итого за Завтрак		46,64	550	23,80	22,30	90,80	658,70

Обед 5-11 классы

1	Яйцо вареное	6,00	30	3,60	3,00	0,20	42,40
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	16,40	250	6,7	6,9	19,4	166,70
3	Фрикадельки "Детские"	24,50	90	10,10	13,20	14,20	215,70
4	Каша гречневая рассыпчатая	11,10	180	9,30	8,40	40,60	275,30
5	Компот из фруктовой ягодной смеси	19,85	200	0,50	0,1	25,30	104,40
6	Хлеб ржано-пшеничный	3,25	60	4,00	0,70	23,8	117,4
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		81,10	810	34,2	32,3	123,5	921,9

Полдник 1-11 классы

1	Оладь "Домашние" со сливочным маслом	33,75	150	10,10	15,30	50,30	379,2
2	Ряженка	12,75	200	5,80	5,00	8,40	101,8
		46,50	350,00	15,90	20,30	58,70	481,00

Повар

О.В.Петренко

Мед.сестра

С.А.Чиркова