

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ р.п.Жадовка"  
МО "Барышский район"

С.В.Аблаева

**МЕНЮ**

**31.01.2025**

**Завтрак 1-4 классы**

Неделя 2 пятница

№п/п	Прием пищи, наименование блюда	цена, руб	Масса порции	Пищевые вещества (г)		
				Белки	Жиры	Углеводы
1	Омлет натуральный	34,50	150	12,70	18,00	3,20
2	Чай с сахаром	5,15	200	0,40	0,10	15,00
3	Хлеб пшеничный	3,32	50	3,80	0,40	24,60
4	Апельсин	24,00	120	1,10	0,20	9,70
5						
Итого за Завтрак		66,97	520	18,00	18,70	52,50

**Обед 1-4 классы**

1	Нарезка овощная "Ассорти"		60	0,70	0,10	2,20
2	Суп картофельный с клецками		200	7,4	3,90	20,10
3	Крокеты из говядины		90	17,60	15,60	30,20
4	Картофель отварной		150	4,10	5,00	24,20
5	Сок яблочный		200	1,00	0,20	20,20
6	Хлеб ржано-пшеничный		50	3,30	0,60	19,8
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		100,25	750	34,1	25,4	116,7

**Завтрак 5-11 классы**

1	Омлет натуральный	46,00	200	16,90	24,00	4,30
2	Чай с сахаром	5,15	200	0,40	0,10	15,00
3	Хлеб пшеничный	2,65	40	3,00	0,30	19,70
4	Банан	24,00	120	1,80	0,60	25,20
5						
Итого за Завтрак		77,80	560,00	22,10	25,00	64,20

**Обед 5-11 классы**

1	Нарезка овощная "Ассорти"	7,06	100	1,20	0,10	3,70
2	Суп картофельный с клецками	20,3	250	5,8	4,10	14,20
3	Крокеты из говядины	23,4	90	17,60	15,60	30,20
4	Картофель отварной	33,5	180	4,90	6,00	29,10
5	Сок яблочный	10	200	1,00	0,20	20,20
6	Хлеб ржано-пшеничный	3,25	60	4,00	0,70	23,8
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		97,51	880	34,5	26,7	121,2

**Полдник 1-11 классы**

1	Пирожок с зеленым луком и яйцом	15,40	150	9,70	6,70	38,90
2	Компот из яблок и шиповника	20,40	200	0,20	0,10	6,70
		35,80	350,00	9,90	6,80	45,60

Повар

О.В.Петренко

Мед.сестра

С.А.Чиркова

калорийность
225,50
62,40
117,20
45,40
450,50

12,50
145,1
331,20
158,10
86,60
97,8
831,3

300,70
62,40
93,80
113,40
570,30

20,80
181,4
331,20
189,80
86,60
117,4
927,2
254,5
28,5
283,00