

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

С.В.Абласва

МЕНЮ

02.04.2024

Неделя I вторник

Завтрак 1-4 классы

№п/п	Прием пищи, наименование блюда	цена, руб	Масса порции	Пищевые вещества (г)			калорийность
				Белки	Жиры	Углеводы	
1	2		3	4	5	6	7
Завтрак							
1	Вареники с картофелем	19,2	120	5,80	8,70	32,10	229,70
2	Соус сметанный	3,83	30	0,80	2,40	2,30	33,90
3	Кофейный напиток с молоком	12,5	200	3,9	2,9	11,20	86,0
4	Хлеб пшеничный	1,88	30	2,30	0,20	14,80	70,3
5	Яблоко	18	120	0,50	0,50	11,80	53,3
Итого за Завтрак		55,41	500	13,30	14,70	72,20	473,20

Обед 1-4 классы

1	Огурец соленый	13,2	60	0,40	0,00	1,10	6,20
2	Борщ со свежей капустой и картофелем	21,11	200	5,1	4,5	10,8	103,90
3	Котлета куриная	57,89	90	17,10	23,10	22,60	366,80
4	Рис отварной	10,03	150	3,50	4,30	35,80	195,80
5	Компот из яблок и вишни	10,2	200	0,20	0,1	20,10	82,40
6	Хлеб ржано-пшеничный	2,54	50	3,30	0,60	19,80	97,8
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		114,97	750,00	29,60	32,60	110,20	852,90

Завтрак 5-11 классы

1	Вареники с картофелем	24	150	7,20	10,90	40,10	287,10
2	Соус сметанный	3,83	30	0,80	2,40	2,30	33,90
3	Кофейный напиток с молоком	12,5	200	3,9	2,9	11,20	86,0
4	Хлеб пшеничный	3,14	50	3,8	0,4	24,60	117,2
5	Яблоко	18	120	0,50	0,50	11,80	53,3
Итого за Завтрак		61,47	550	26,81	25,52	104,82	718,69

Обед 5-11 классы

1	Огурец соленый	13,2	60	0,40	0,00	1,10	6,20
2	Борщ со свежей капустой и картофелем	26,39	250	6,4	5,6	13,6	129,80
3	Котлета куриная	64,32	100	19,00	25,70	25,10	407,60
4	Рис отварной	11,02	180	4,20	5,20	42,90	235,00
5	Компот из яблок и вишни	10,2	200	0,20	0,1	20,10	82,40
6	Хлеб ржано-пшеничный	3,05	60	4,00	0,70	23,80	117,4
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		128,18	850,00	34,20	37,30	126,60	978,40

Полдник 1-11 классы

1	Эчпочмак	23,22	100	8,60	6,80	33,40	229,4
2	Компот из свежих плодов	10,20	200	0,40	0,00	6,40	27,6
		33,42	300	9,00	6,80	39,80	257,00

Полдник 1-11 классы

1	Эчпочмак	23,22	100	8,60	6,80	33,40	229,4
2	Компот из свежих плодов	10,20	200	0,40	0,00	6,40	27,6
		33,42	300	9,00	6,80	39,80	257,00

Повар

О.В.Петренко

Мед.сестра

С.А.Чиркова