

УТВЕРЖДАЮ

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

С.В.Аблаева

МЕНЮ

28.03.2025

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	Зеленый горошек порционно		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	Зеленый горошек порционно	12,60	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)		103,05	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