

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

МЕНЮ
 04.04.2024

Завтрак 1-4 классы

Неделя 1 четверг

№п/п	Прием пищи, наименование блюда	цена, руб	Масса порции	Пищевые вещества (г)			калорийность
				Белки	Жиры	Углеводы	
1	Каша молочная овсяная	24,18	200	7,9	11,6	33,7	270,6
2	Кофейный напиток	13,4	200	0,5	0,3	5,6	26,7
3	Хлеб пшеничный	1,26	20	1,5	0,2	9,8	46,9
4	Лепешка с сыром	15,36	100	9,6	7,2	40,8	266,2
Итого за Завтрак		54,20	520	19,5	19,3	89,9	610,4

Обед 1-4 классы

1	Овощи натуральные порционно кукуруза	12,6	60	0,6	0,1	3,1	15,7
2	Суп овощной	21,97	200	5,2	4,5	9,0	97,3
3	Картофельное пюре с маслом сливочным	17,83	150	3,1	5,3	19,8	139,4
4	Тефтели "Детские" с овощами тушёные	42,27	90	14,1	18,6	19,6	302,3
5	Компот из яблок с шиповником	7,8	200	0,2	0,1	14,8	60,8
6	Хлеб ржано-пшеничный	2,54	50	3,3	0,6	19,3	97,8
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		105,01	750	26,5	29,2	86,1	713,3

завтрак 5-11 классы

1	Каша молочная овсяная	26,6	220	8,7	12,8	37,0	297,7
2	Кофейный напиток	13,4	200	0,5	0,3	5,6	26,7
3	Хлеб пшеничный	1,88	30	2,3	0,2	14,8	70,3
4	Лепешка с сыром	15,36	100	9,6	7,2	40,8	266,2
Итого за Завтрак		57,24	550	21,1	20,5	98,2	660,9

Обед 5-11 классы

1	Овощи натуральные порционно кукуруза	12,6	60	0,6	0,1	3,1	15,7
2	Суп овощной	27,46	250	6,5	5,6	11,3	121,6
3	Картофельное пюре с маслом	21,4	180	4,3	13,1	25,1	235,4
4	Тефтели "Детские" с овощами тушёные	46,93	100	15,6	20,7	21,8	335,9
5	Компот из яблок с шиповником	7,8	200	0,2	0,1	14,8	60,8
6	Хлеб ржано-пшеничный	3,05	60	4,0	0,7	23,8	117,4
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		119,24	850	31,2	40,3	99,9	886,8

Полдник 1-11 классы

1	Пирожок с зеленым луком и яйцом	30,00	100	9,70	6,70	38,90	254,5
2	Чай с лимоном и сахаром	4,05	200	0,20	0,10	6,60	27,9
Итого за Полдник		34,05	300	9,90	6,80	45,50	282,40

Повар

О.В.Петренко

Мед.сестра

С.А.Чиркова