

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

МЕНЮ
20.10.2025

Завтрак 1-4 классы

Неделя 2 понедельник

№п/п	Прием пищи, наименование блюда	цена, руб	Масса порции	Пищевые вещества (г)			калорийность
				Белки	Жиры	Углеводы	
1	Салат-коктейль фруктовый	22,86	100	0,7	0,3	12,0	53,4
2	Блины со сгущенным молоком	45,00	200	15,6	13,7	87,5	535,5
3	Чай черный с сахаром	5,15	200	0,4	0,1	15,0	62,4
Итого за Завтрак		73,01	500,00	16,70	14,10	114,47	651,30
Обед 1-4 классы							
1	Салат из свеклы с маслом растительным		60	0,90	2,50	5,30	46,80
2	Щи из свежей капусты со сметаной		200	4,7	5,60	5,70	92,2
3	Крокеты "Детские"		90	19,30	16,90	21,30	315,10
4	Макароны отварные с маслом сливочным		150	5,30	4,90	32,80	196,80
5	Компот из смеси сухофруктов		200	0,40	0,00	21,60	88,10
6	Хлеб ржано-пшеничный		50	3,30	0,60	19,8	97,8
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		100,25	750,0	33,9	30,5	106,5	836,8
Завтрак 5-11 классы							
1	Салат-коктейль фруктовый	27,43	120	0,8	0,4	14,3	63,7
2	Блины со сгущенным молоком	45,00	200	15,6	13,7	87,5	535,5
3	Чай черный с сахаром	5,15	200	0,4	0,1	15,0	62,4
4	Хлеб пшеничный	1,99	30	2,30	0,20	14,80	70,3
Итого за Завтрак		79,57	550,00	19,10	14,40	131,57	731,90
Обед 5-11 классы							
1	Салат из свеклы с маслом растительным	4,25	100	1,40	2,60	8,40	62,50
2	Щи из свежей капусты со сметаной	22,96	250	5,8	7,00	7,10	115,3
3	Крокеты "Детские"	18	100	21,50	18,80	23,70	350,10
4	Макароны отварные с маслом сливочным	12,6	180	6,40	5,90	39,40	236,20
5	Компот из смеси сухофруктов	5,55	200	0,40	0,00	21,60	88,10
6	Хлеб ржано-пшеничный	3,25	60	4,00	0,70	23,8	117,4
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		66,61	890,00	10,80	35,0	124,0	969,6
Полдник 1-11 классы							
1	Пирожок печеный мясоовощной	17,74	150	11,60	7,90	41,90	284,9
2	Компот из яблок	14,55	200	0,20	0,20	6,70	29,1
		32,29	350,00	11,80	8,10	48,60	314,00

Повар

О.В.Петренко

Мед.сестра

С.А.Чиркова