

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

**МЕНЮ**  
**28.10.2025**

**Завтрак 1-4 классы**

Неделя 1 вторник

| №п/п                                       | Прием пищи, наименование блюда       | цена,<br>руб | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |          | калорийность |
|--------------------------------------------|--------------------------------------|--------------|-----------------|----------------------|-------|----------|--------------|
|                                            |                                      |              |                 | Белки                | Жиры  | Углеводы |              |
| 1                                          | 2                                    |              | 3               | 4                    | 5     | 6        | 7            |
| <b>Завтрак</b>                             |                                      |              |                 |                      |       |          |              |
| 1                                          | Каша манная молочная с маслом слив.  | 19,89        | 200             | 6,90                 | 6,90  | 32,30    | 219,10       |
| 2                                          | Яблоко                               | 24,00        | 120             | 0,50                 | 0,50  | 11,80    | 53,30        |
| 3                                          | Кофейный напиток с молоком           | 20,05        | 200             | 3,9                  | 2,9   | 11,20    | 86,0         |
| 4                                          | Хлеб пшеничный                       | 1,99         | 30              | 2,30                 | 0,20  | 14,80    | 70,3         |
| Итого за Завтрак                           |                                      | 65,93        | 550             | 13,60                | 10,50 | 70,10    | 428,70       |
| <b>Обед 1-4 классы</b>                     |                                      |              |                 |                      |       |          |              |
| 1                                          | Нарезка овощная "Ассорти"            |              | 60              | 0,80                 | 0,00  | 2,20     | 12,40        |
| 2                                          | Борщ со свежей капустой и картофелем |              | 200             | 5,1                  | 4,5   | 10,8     | 103,90       |
| 3                                          | Котлета куриная                      |              | 90              | 17,10                | 23,10 | 22,60    | 366,80       |
| 4                                          | Рис отварной                         |              | 150             | 3,50                 | 4,30  | 35,80    | 195,80       |
| 5                                          | Компот из яблок и вишни              |              | 200             | 0,20                 | 0,1   | 20,10    | 82,40        |
| 6                                          | Хлеб ржано-пшеничный                 |              | 50              | 3,30                 | 0,60  | 19,80    | 97,8         |
| Итого за Обед (полноценный рацион питания) |                                      | 100,25       | 750,00          | 30,00                | 32,60 | 111,30   | 859,10       |
| <b>Завтрак 5-11 классы</b>                 |                                      |              |                 |                      |       |          |              |
| 1                                          | Каша манная молочная с маслом слив.  | 24,86        | 250             | 7,90                 | 7,90  | 36,70    | 249,00       |
| 2                                          | Яблоко                               | 24           | 120             | 4,60                 | 5,90  | 0,00     | 71,70        |
| 3                                          | Кофейный напиток с молоком           | 20,05        | 200             | 3,9                  | 2,9   | 11,20    | 86,0         |
| 4                                          | Хлеб пшеничный                       | 3,32         | 50              | 3,8                  | 0,4   | 24,60    | 117,2        |
| Итого за Завтрак                           |                                      | 72,23        | 620             | 26,81                | 25,52 | 104,82   | 718,69       |
| <b>Обед 5-11 классы</b>                    |                                      |              |                 |                      |       |          |              |
| 1                                          | Нарезка овощная "Ассорти"            | 7,06         | 100             | 1,20                 | 0,10  | 3,70     | 20,80        |
| 2                                          | Борщ со свежей капустой и картофелем | 28,65        | 250             | 6,4                  | 5,6   | 13,6     | 129,80       |
| 3                                          | Котлета куриная                      | 58,24        | 100             | 19,00                | 25,70 | 25,10    | 407,60       |
| 4                                          | Рис отварной                         | 10,18        | 180             | 4,20                 | 5,20  | 42,90    | 235,00       |
| 5                                          | Компот из яблок и вишни              | 19,85        | 200             | 0,20                 | 0,1   | 20,10    | 82,40        |
| 6                                          | Хлеб ржано-пшеничный                 | 3,25         | 60              | 4,00                 | 0,70  | 23,80    | 117,4        |
| Итого за Обед (полноценный рацион питания) |                                      | 127,23       | 890,00          | 35,00                | 37,40 | 129,20   | 993,00       |
| <b>Полдник 1-11 классы</b>                 |                                      |              |                 |                      |       |          |              |
| 1                                          | Эчпочмак                             | 26,49        | 150             | 8,60                 | 6,80  | 33,40    | 229,4        |
| 2                                          | Компот из свежих плодов              | 14,55        | 200             | 0,40                 | 0,00  | 6,40     | 27,6         |
|                                            |                                      | 41,04        | 350             | 9,00                 | 6,80  | 39,80    | 257,00       |

Повар

О.В.Петренко

Мед.сестра

С.А.Чиркова