

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

С.В.Аблаева

МЕНЮ
 31.10.2024

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	25,89	200	7,9	11,6	33,7	270,6
2	Кофейный напиток	20,05	200	0,5	0,3	5,6	26,7
3	Хлеб пшеничный	1,33	20	1,5	0,2	9,8	46,9
4	Лепешка с сыром	18,96	100	9,6	7,2	40,8	266,2
Итого за Завтрак		66,23	520	19,5	19,3	89,9	610,4

Обед 1-4 классы

1	Овощи натуральные порционно		60	1,2	0,2	6,1	31,3
2	Суп овощной		200	5,2	4,5	9,0	97,3
3	Картофельное пюре с маслом сливочным		150	3,1	5,3	19,8	139,4
4	Тефтели "Детские" с овощами тушёные		90	14,1	18,6	19,6	302,3
5	Компот из смородины		200	0,3	0,1	8,4	35,5
6	Хлеб ржано-пшеничный		50	3,3	0,6	19,8	97,8
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		100,25	750	27,2	29,3	82,7	703,6

завтрак 5-11 классы

1	Каша молочная овсяная	28,48	220	8,7	12,8	37,0	297,7
2	Кофейный напиток	20,05	200	0,5	0,3	5,6	26,7
3	Хлеб пшеничный	1,99	30	2,3	0,2	14,8	70,3
4	Лепешка с сыром	18,96	100	9,6	7,2	40,8	266,2
Итого за Завтрак		69,48	550	21,1	20,5	98,2	660,9

Обед 5-11 классы

1	Овощи натуральные порционно	21	100	2,1	0,4	10,2	52,2
2	Суп овощной	27,2	250	6,5	5,6	11,3	121,6
3	Картофельное пюре с маслом	33,46	180	4,3	13,1	25,1	235,4
4	Тефтели "Детские" с овощами тушёные	20	100	15,6	20,7	21,8	335,9
5	Компот из смородины	32,35	200	0,3	0,1	8,4	35,5
6	Хлеб ржано-пшеничный	3,25	60	4,0	0,7	23,8	117,4
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		137,26	890	32,8	40,6	100,6	898,0

Полдник 1-11 классы

1	Пирожок с зеленым луком и яйцом	15,40	150	9,70	6,70	38,90	254,5
2	Чай с лимоном и сахаром	7,85	200	0,20	0,10	6,60	27,9
Итого за Полдник		23,25	350	9,90	6,80	45,50	282,40

Повар

О.В.Петренко

Мед.сестра

С.А.Чиркова