

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ р.п.Жадовка"

МО "Барышский район"

С.В.Аблаева

МЕНЮ

05.11.2024

Завтрак 1-4 классы

Неделя 2 вторник

№п/п	Прием пищи, наименование блюда	цена, руб	Масса порции	Пищевые вещества (г)			калорийность
				Белки	Жиры	Углеводы	
1	Каша пшеничная молочная с маслом	19,89	200	7,1	9,7	32,3	245,5
2	Кофейный напиток	20,05	200	0,50	0,30	5,60	26,70
3	Шенажка наливная	10,88	80	8,0	4,50	37,1	220,8
4	Хлеб пшеничный	1,33	20	1,50	0,20	9,80	46,90
Итого за Завтрак		52,15	500,0	17,1	14,7	84,8	539,9

Обед 1-4 классы

1	Овощная нарезка		60	0,6	0,0	2,0	11,6
2	Свекольник		250	5,7	7,8	12,1	141,70
3	Пельмени "Детские" отварные		150	24,10	22,80	46,20	486,50
4	Соус сметанно-томатный		50	1,60	4,3	3,40	59,0
5	Чай с сахаром		200	0,40	0,1	5,20	23,3
6	Хлеб ржано-пшеничный		50	3,30	0,60	19,8	97,8
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		100,25	760,0	35,7	35,6	88,7	819,9

Завтрак 5-11 классы

1	Каша пшеничная молочная с маслом	24,86	250	8,9	12,2	40,4	306,8
2	Кофейный напиток	20,05	200	0,50	0,30	5,60	26,70
3	Шенажка наливная	10,88	80	8,0	4,50	37,1	220,8
4	Хлеб пшеничный	1,33	20	1,50	0,20	9,80	46,90
Итого за Завтрак		57,12	550,0	18,9	17,2	92,9	601,2

Обед 5-11 классы

1	Овощная нарезка	6,05	100	1,1	0,2	3,4	19,4
2	Свекольник	28,65	250	5,7	7,8	12,1	141,70
3	Пельмени "Детские" отварные	52,5	150	24,10	22,80	46,20	486,50
4	Соус сметанно-томатный	14,1	50	1,60	4,3	3,40	59,0
5	Чай с сахаром	5,15	200	0,40	0,1	5,20	23,3
6	Хлеб ржано-пшеничный	3,25	60	4,00	0,70	23,8	117,4
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		109,7	810,0	36,9	35,9	94,1	847,3

Полдник 1-11 классы

1	Эчпочмак	26,49	150	8,60	6,80	33,40	229,4
2	Компот из яблок и вишни	19,86	200	0,10	0,10	6,40	26,8
		46,35		8,70	6,90	39,80	256,20

Повар

О.В.Петренко

Мед.сестра

С.А.Чиркова