

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

С.В.Аблаева

МЕНЮ

06.12.2024

Завтрак 1-4 классы

Неделя 2 пятница

№п/п	Прием пищи, наименование блюда	цена, руб	Масса порции	Пищевые вещества (г)			калорийность
				Белки	Жиры	Углеводы	
1	Омлет натуральный	34,50	150	12,70	18,00	3,20	225,50
2	Чай с сахаром	5,15	200	0,40	0,10	15,00	62,40
3	Хлеб пшеничный	3,32	50	3,80	0,40	24,60	117,20
4	Апельсин	24,00	120	1,10	0,20	9,70	45,40
5							
Итого за Завтрак		66,97	520	18,00	18,70	52,50	450,50

Обед 1-4 классы

1	Нарезка овощная "Ассорти"		60	0,70	0,10	2,20	12,50
2	Суп картофельный с клецками		200	7,4	3,90	20,10	145,1
3	Крокеты из говядины		90	17,60	15,60	30,20	331,20
4	Картофель отварной		150	4,10	5,00	24,20	158,10
5	Сок яблочный		200	1,00	0,20	20,20	86,60
6	Хлеб ржано-пшеничный		50	3,30	0,60	19,8	97,8
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		100,25	750	34,1	25,4	116,7	831,3

Завтрак 5-11 классы

1	Омлет натуральный	46,00	200	16,90	24,00	4,30	300,70
2	Чай с сахаром	5,15	200	0,40	0,10	15,00	62,40
3	Хлеб пшеничный	2,65	40	3,00	0,30	19,70	93,80
4	Банан	24,00	120	1,80	0,60	25,20	113,40
5							
Итого за Завтрак		77,80	560,00	22,10	25,00	64,20	570,30

Обед 5-11 классы

1	Нарезка овощная "Ассорти"	7,06	100	1,20	0,10	3,70	20,80
2	Суп картофельный с клецками	20,3	250	5,8	4,10	14,20	181,4
3	Крокеты из говядины	23,4	90	17,60	15,60	30,20	331,20
4	Картофель отварной	33,5	180	4,90	6,00	29,10	189,80
5	Сок яблочный	10	200	1,00	0,20	20,20	86,60
6	Хлеб ржано-пшеничный	3,25	60	4,00	0,70	23,8	117,4
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		97,51	880	34,5	26,7	121,2	927,2

Полдник 1-11 классы

1	Пирожок с зеленым луком и яйцом	15,40	150	9,70	6,70	38,90	254,5
2	Компот из яблок и шиповника	20,40	200	0,20	0,10	6,70	28,5
		35,80	350,00	9,90	6,80	45,60	283,00

Повар

О.В.Петренко

Мед.сестра

С.А.Чиркова