

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

С.В.Аблаева

МЕНЮ
10.12.2024

Завтрак 1-4 классы

Неделя 1 вторник

№п/п	Прием пищи, наименование блюда	цена, руб	Масса порции	Пищевые вещества (г)			калорийность
				Белки	Жиры	Углеводы	
1	2		3	4	5	6	7
Завтрак							
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
Обед 1-4 классы							
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
Завтрак 5-11 классы							
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
Обед 5-11 классы							
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
Полдник 1-11 классы							
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