

УТВЕРЖДАЮ

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

С.В.Аблаева

МЕНЮ
23.12.2024

Завтрак 1-4 классы

Неделя 1 понедельник

| №п/п | Прием пищи, наименование блюда | Цена, руб | Масса порции, | Пищевые вещества (г) | | | калорийно сть |
|--|---|-----------|---------------|----------------------|------|----------|------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1 | Масло сливочное (порциями) | 9,00 | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66,1 |
| 2 | Сыр твердых сортов в нарезке | 7,00 | 10 | 2,3 | 3,0 | 0,0 | 35,8 |
| 3 | Каша "Дружба" | 23,71 | 220 | 5,5 | 6,5 | 26,4 | 185,8 |
| 4 | Какао с молоком | 13,55 | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 |
| 5 | Хлеб пшеничный | 3,98 | 60 | 4,6 | 0,5 | 29,5 | 140,6 |
| Итого за Завтрак | | 57,24 | 500 | 17,2 | 20,8 | 68,5 | 528,7 |
| Обед 1-4 классы | | | | | | | |
| 1 | Овощная нарезка | | 60 | 0,6 | 0,0 | 2,0 | 9,6 |
| 1*3П | Овощная закуска из консервированных продуктов | | 30 | 0,6 | 0,1 | 2,1 | 11,6 |
| 2 | Суп-лапша домашняя | | 200 | 5,7 | 7,2 | 12,1 | 135,9 |
| 3 | Каша гречневая рассыпчатая | | 150 | 7,8 | 7,0 | 33,9 | 229,4 |
| 4 | Биточки "Детские" тушеные с овощами | | 90 | 16,6 | 16,6 | 21,8 | 303,4 |
| 5 | Компот из фруктовой ягодной смеси | | 200 | 0,5 | 0,1 | 12,8 | 54,6 |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный | | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 |
| Итого за Обед (полноценный рацион питания) | | 100,25 | 750 | 34,5 | 31,5 | 102,4 | 830,7 |
| завтра 5-11 классы | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Масло сливочное (порциями) | 9,00 | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66,1 |
| 2 | Сыр твердых сортов в нарезке | 14,00 | 20 | 4,6 | 5,9 | 0,0 | 71,7 |
| 3 | Каша "Дружба" | 26,79 | 250 | 6,2 | 7,4 | 30,0 | 211,2 |
| 4 | Какао с молоком | 13,55 | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 |
| 5 | Хлеб пшеничный | 4,65 | 70 | 5,3 | 0,6 | 34,4 | 164,1 |
| Итого за Завтрак | | 67,99 | 550 | 20,9 | 24,7 | 77,0 | 613,5 |
| Обед 5-11 классы | | | | | | | |
| 1 | Овощная нарезка | 24,50 | 100 | 1,1 | 0,2 | 3,4 | 19,4 |
| 1*3П | Овощная закуска из консервированных продуктов | | 30 | 0,6 | 0,1 | 2,1 | 11,6 |
| 2 | Суп-лапша домашняя | 15,30 | 250 | 7,1 | 9,0 | 15,1 | 169,9 |
| 3 | Каша гречневая рассыпчатая | 11,10 | 180 | 9,3 | 8,4 | 40,6 | 275,3 |
| 4 | Биточки "Детские" тушеные с овощами | 23,50 | 90 | 16,3 | 16,2 | 15,5 | 273,2 |
| 5 | Компот из фруктовой ягодной смеси | 19,85 | 200 | 0,5 | 0,1 | 12,8 | 54,6 |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный | 3,25 | 60 | 4,0 | 0,7 | 23,8 | 117,4 |
| 7 | Хлеб пшеничный | | 0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Итого обед | | 97,50 | 880 | 38,3 | 34,6 | 111,2 | 909,8 |
| Полдник 5-11 классы | | | | | | | |
| 1 | Ватрушка с творогом | 35,30 | 150 | 10,8 | 5,4 | 41,9 | 259,9 |
| 2 | Компот из свежих яблок | 12,75 | 200 | 0,5 | 0,0 | 15,0 | 54,3 |
| | | 48,05 | | 11,3 | 5,4 | 56,9 | 314,2 |

Повар

О.В.Петренко

Мед.сестра

С.А.Чиркова