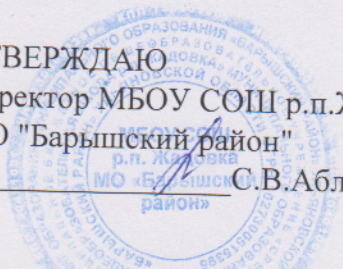


УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ р.п.Жадовка"
 МО "Барышский район"
 С.В.Аблаева

МЕНЮ
 14.05.2024



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 | Вареники с картофелем | 19,2 | 120 | 5,80 | 8,70 | 32,10 | 229,70 |
| 2 | Соус сметанный | 3,83 | 30 | 0,80 | 2,40 | 2,30 | 33,90 |
| 3 | Кофейный напиток с молоком | 12,5 | 200 | 3,9 | 2,9 | 11,20 | 86,0 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 1,88 | 30 | 2,30 | 0,20 | 14,80 | 70,3 |
| 5 | Яблоко | 18 | 120 | 0,50 | 0,50 | 11,80 | 53,3 |
| Итого за Завтрак | | 55,41 | 500 | 13,30 | 14,70 | 72,20 | 473,20 |
| Обед 1-4 классы | | | | | | | |
| 1 | Огурец соленый | 13,2 | 60 | 0,40 | 0,00 | 1,10 | 6,20 |
| 2 | Борщ со свежей капустой и картофелем | 21,11 | 200 | 5,1 | 4,5 | 10,8 | 103,90 |
| 3 | Котлета куриная | 57,89 | 90 | 17,10 | 23,10 | 22,60 | 366,80 |
| 4 | Рис отварной | 10,03 | 150 | 3,50 | 4,30 | 35,80 | 195,80 |
| 5 | Компот из яблок и вишни | 10,2 | 200 | 0,20 | 0,1 | 20,10 | 82,40 |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный | 2,54 | 50 | 3,30 | 0,60 | 19,80 | 97,8 |
| Итого за Обед (полноценный рацион питания) | | 114,97 | 750,00 | 29,60 | 32,60 | 110,20 | 852,90 |
| Завтрак 5-11 классы | | | | | | | |
| 1 | Вареники с картофелем | 24 | 150 | 7,20 | 10,90 | 40,10 | 287,10 |
| 2 | Соус сметанный | 3,83 | 30 | 0,80 | 2,40 | 2,30 | 33,90 |
| 3 | Кофейный напиток с молоком | 12,5 | 200 | 3,9 | 2,9 | 11,20 | 86,0 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 3,14 | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,60 | 117,2 |
| 5 | Яблоко | 18 | 120 | 0,50 | 0,50 | 11,80 | 53,3 |
| Итого за Завтрак | | 61,47 | 550 | 26,81 | 25,52 | 104,82 | 718,69 |
| Обед 5-11 классы | | | | | | | |
| 1 | Огурец соленый | 13,2 | 60 | 0,40 | 0,00 | 1,10 | 6,20 |
| 2 | Борщ со свежей капустой и картофелем | 26,39 | 250 | 6,4 | 5,6 | 13,6 | 129,80 |
| 3 | Котлета куриная | 64,32 | 100 | 19,00 | 25,70 | 25,10 | 407,60 |
| 4 | Рис отварной | 11,02 | 180 | 4,20 | 5,20 | 42,90 | 235,00 |
| 5 | Компот из яблок и вишни | 10,2 | 200 | 0,20 | 0,1 | 20,10 | 82,40 |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный | 3,05 | 60 | 4,00 | 0,70 | 23,80 | 117,4 |
| Итого за Обед (полноценный рацион питания) | | 128,18 | 850,00 | 34,20 | 37,30 | 126,60 | 978,40 |
| Полдник 1-11 классы | | | | | | | |
| 1 | Эчпочмак | 23,22 | 100 | 8,60 | 6,80 | 33,40 | 229,4 |
| 2 | Компот из свежих плодов | 10,20 | 200 | 0,40 | 0,00 | 6,40 | 27,6 |
| | | 33,42 | 300 | 9,00 | 6,80 | 39,80 | 257,00 |
| Полдник 1-11 классы | | | | | | | |
| 1 | Эчпочмак | 23,22 | 100 | 8,60 | 6,80 | 33,40 | 229,4 |
| 2 | Компот из свежих плодов | 10,20 | 200 | 0,40 | 0,00 | 6,40 | 27,6 |
| | | 33,42 | 300 | 9,00 | 6,80 | 39,80 | 257,00 |

Повар

Handwritten signature

О.В.Петренко

Мед.сестра

Handwritten signature

С.А.Чиркова