

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

С.В.Аблаева

МЕНЮ
 24.04.2024

Завтрак 1-4 классы

Неделя 2 среда

№п/п	Прием пищи, наименование блюда	цена, руб	Масса порции	Пищевые вещества (г)			калорийность
				Белки	Жиры	Углеводы	
1	Вареники с творогом	41,47	130	15,5	14,8	38,3	348,6
2	Молоко сгущенное	12,00	30	2,20	2,60	16,70	98,2
3	Какао с молоком	12,00	200	4,7	3,50	12,50	100
4	Яблоко	18,00	120	0,5	0,50	11,80	53
5	Хлеб пшеничный	1,26	20	1,50	0,20	9,80	46,90
Итого за Завтрак		84,73	500,0	24,4	21,6	89,1	647,4

Обед 1-4 классы

1	Овощи порционно кукуруза	12,6	60	1,00	2,00	3,00	34,40
2	Суп картофельный с горохом	18,06	200	7,3	4,70	15,0	131,90
3	Нагетсы "Детские"	31,5	90	17,70	17,00	17,20	293,00
4	Рис с овощами	20,91	150	3,20	5,70	26,00	167,80
5	Чай черный с лимоном	4,05	200	0,40	0,1	5,2	23,7
6	Хлеб ржано-пшеничный	2,54	50	3,30	0,60	19,8	97,8
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		89,66	750,00	32,90	30,10	86,20	748,60

Завтрак 5-11 классы

1	Вареники с творогом	54,23	170	20,2	19,4	50,1	455,9
2	Молоко сгущенное	12,00	30	2,20	2,60	16,70	98,2
3	Какао с молоком	12,00	200	4,7	3,50	12,50	100
4	Яблоко	18,00	120	0,5	0,50	11,80	53
5	Хлеб пшеничный	1,88	30	2,30	0,20	14,80	70,30
Итого за Завтрак		98,11	550,0	29,9	26,2	105,9	778,1

Обед 5-11 классы

1	Овощи порционно кукуруза	12,6	60	1,00	2,00	3,00	34,40
2	Суп картофельный с горохом	22,58	250	9,1	5,90	18,8	164,80
3	Нагетсы "Детские"	35	100	19,70	18,90	19,20	325,50
4	Рис с овощами	25,09	180	3,80	6,80	31,20	201,40
5	Чай черный с лимоном	4,05	200	0,40 Р	0,1	5,2	23,7
6	Хлеб ржано-пшеничный	3,05	60	4,00	0,70	23,8	117,4
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		102,37	850,00	38,00	34,40	101,20	867,20

Полдник 1-11 классы

1	Пирожок с фруктовой начинкой	14,61	100	5,30	3,40	43,40	225,4
2	Компот из яблок и лимона	7,64	200	0,20	0,10	6,20	26,4
		22,25	300,00	5,50	3,50	49,60	251,80

Повар

О.В.Петренко

Мед.сестра

С.А.Чиркова