

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

С.В.Аблаева

**МЕНЮ**

26.09.2024

**Завтрак 1-4 классы**

Неделя 2 четверг

| №п/п             | Прием пищи, наименование блюда       | цена, руб | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |          | калорийность |
|------------------|--------------------------------------|-----------|--------------|----------------------|-------|----------|--------------|
|                  |                                      |           |              | Белки                | Жиры  | Углеводы |              |
| 1                | Тефтели "Детские" с овощами тешёными |           | 60           | 9,40                 | 12,40 | 13,10    | 201,50       |
| 2                | Макароны отварные                    |           | 150          | 5,30                 | 4,90  | 32,8     | 196,80       |
| 3                | Морковь в нарезке                    |           | 50           | 0,70                 | 0,10  | 3,5      | 16,90        |
| 4                | Чай фруктовый                        |           | 200          | 0,30                 | 0,10  | 1,60     | 8,6          |
| 5                | Хлеб пшеничный                       |           | 40           | 3,00                 | 0,30  | 19,70    | 93,80        |
| Итого за Завтрак |                                      | 54,46     | 500          | 18,70                | 17,80 | 70,70    | 517,60       |

**Обед 1-4 классы**

|  |  |        |     |       |       |       |        |
|--|--|--------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 1  | Яйцо вареное                             |        | 60  | 7,20  | 6,00  | 0,30  | 84,90  |
| 2  | Суп картофельный с макаронными изделиями |        | 200 | 5,4   | 5,5   | 15,5  | 133,30 |
| 3  | Фрикадельки "Детские"                    |        | 90  | 10,10 | 13,20 | 14,20 | 215,70 |
| 4  | Каша гречневая рассыпчатая               |        | 150 | 7,10  | 3,70  | 31,20 | 186,30 |
| 5  | Компот из фруктовой ягодной смеси        |        | 200 | 0,50  | 0,1   | 25,30 | 104,40 |
| 6  | Хлеб ржано-пшеничный                     |        | 50  | 3,30  | 0,60  | 19,8  | 97,8   |
| Итого за Обед (полноценный рацион питания) |  | 100,25 | 750 | 33,6  | 29,1  | 106,3 | 822,4  |

**Завтрак 5-11 классы**

|                  |                                      |       |     |       |       |       |        |
|------------------|--------------------------------------|-------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 1                | Тефтели "Детские" с овощами тешёными | 56,36 | 80  | 12,50 | 16,60 | 17,40 | 268,70 |
| 2                | Макароны отварные                    | 9,19  | 150 | 5,30  | 4,90  | 32,8  | 196,80 |
| 3                | Морковь в нарезке                    | 3     | 60  | 0,80  | 0,10  | 4,1   | 20,20  |
| 4                | Чай фруктовый                        | 1,8   | 200 | 0,60  | 0,20  | 7,00  | 32,4   |
| 5                | Хлеб пшеничный                       | 3,76  | 60  | 4,60  | 0,50  | 29,50 | 140,60 |
| Итого за Завтрак |                                      | 74,11 | 550 | 23,80 | 22,30 | 90,80 | 658,70 |

**Обед 5-11 классы**

|  |  |       |     |       |       |       |        |
|--|--|-------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 1  | Яйцо вареное                             | 15,00 | 60  | 7,20  | 6,00  | 0,30  | 84,90  |
| 2  | Суп картофельный с макаронными изделиями | 21,63 | 250 | 6,7   | 6,9   | 19,4  | 166,70 |
| 3  | Фрикадельки "Детские"                    | 43,5  | 90  | 10,10 | 13,20 | 14,20 | 215,70 |
| 4  | Каша гречневая рассыпчатая               | 18,36 | 180 | 9,30  | 8,40  | 40,60 | 275,30 |
| 5  | Компот из фруктовой ягодной смеси        | 4,3   | 200 | 0,50  | 0,1   | 25,30 | 104,40 |
| 6  | Хлеб ржано-пшеничный                     | 3,05  | 60  | 4,00  | 0,70  | 23,8  | 117,4  |
| Итого за Обед (полноценный рацион питания) |  | 105,8 | 840 | 37,8  | 35,3  | 123,6 | 964,4  |

**Полдник 1-11 классы**

|   |                                      |       |     |       |       |       |        |
|---|--------------------------------------|-------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 1 | Оладьи "Домашние" с маслом сливочным | 31,50 | 150 | 10,10 | 15,30 | 50,30 | 230,3  |
| 2 | Ряженка 2,5%                         | 12,00 | 150 | 4,40  | 3,80  | 6,30  | 76,4   |
|   |                                      | 43,50 |     | 14,50 | 19,10 | 56,60 | 306,65 |

Повар

О.В.Петренко

Мед.сестра

С.А.Чиркова