

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

С.В.Аблаева

МЕНЮ  
 27.04.2024

Завтрак 1-4 классы

Неделя 1 понедельник

| №п/п                                       | Прием пищи, наименование блюда      | Цена, руб | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) |      |          | калорийность |
|--|-------------------------------------|-----------|-----------------|----------------------|------|----------|--------------|
|  |                                     |           |                 | Белки                | Жиры | Углеводы |              |
| 1  | Масло сливочное (порциями)          | 8,73      | 10              | 0,1                  | 7,3  | 0,1      | 66,1         |
| 2  | Сыр твердых сортов в нарезке        | 6,50      | 10              | 2,3                  | 3,0  | 0,0      | 35,8         |
| 3  | Каша "Дружба"                       | 21,56     | 220             | 5,5                  | 6,5  | 26,4     | 185,8        |
| 4  | Какао с молоком                     | 12,59     | 200             | 4,7                  | 3,5  | 12,5     | 100,4        |
| 5  | Хлеб пшеничный                      | 3,76      | 60              | 4,6                  | 0,5  | 29,5     | 140,6        |
| Итого за Завтрак                           |                                     | 53,14     | 500             | 17,2                 | 20,8 | 68,5     | 528,7        |
| <b>Обед 1-4 классы</b>                     |                                     |           |                 |                      |      |          |              |
| 1*3П                                       | Зеленый горошек                     | 12,60     | 60              | 0,6                  | 0,1  | 2,1      | 11,6         |
| 2  | Суп-лапша домашняя                  | 19,30     | 200             | 5,7                  | 7,2  | 12,1     | 135,9        |
| 3  | Каша гречневая рассыпчатая          | 15,30     | 150             | 7,8                  | 7,0  | 33,9     | 229,4        |
| 4  | Биточки "Детские" тушеные с овощами | 43,50     | 90              | 16,6                 | 16,6 | 21,8     | 303,4        |
| 5  | Компот из фруктовой ягодной смеси   | 8,00      | 200             | 0,5                  | 0,1  | 12,8     | 54,6         |
| 6  | Хлеб ржано-пшеничный                | 2,54      | 50              | 3,3                  | 0,6  | 19,8     | 97,8         |
| Итого за Обед (полноценный рацион питания) |                                     | 101,24    | 750             | 34,5                 | 31,5 | 102,4    | 830,7        |
| <b>завтра 5-11 классы</b>                  |                                     |           |                 |                      |      |          |              |
| Завтрак                                    |                                     |           |                 |                      |      |          |              |
| 1  | Масло сливочное (порциями)          | 8,73      | 10              | 0,1                  | 7,3  | 0,1      | 66,1         |
| 2  | Сыр твердых сортов в нарезке        | 13,00     | 20              | 4,6                  | 5,9  | 0,0      | 71,7         |
| 3  | Каша "Дружба"                       | 24,50     | 250             | 6,2                  | 7,4  | 30,0     | 211,2        |
| 4  | Какао с молоком                     | 12,59     | 200             | 4,7                  | 3,5  | 12,5     | 100,4        |
| 5  | Хлеб пшеничный                      | 4,39      | 70              | 5,3                  | 0,6  | 34,4     | 164,1        |
| Итого за Завтрак                           |                                     | 63,21     | 550             | 20,9                 | 24,7 | 77,0     | 613,5        |
| <b>Обед 5-11 классы</b>                    |                                     |           |                 |                      |      |          |              |
| 1*3П                                       | Зеленый горошек                     | 12,60     | 60              | 0,6                  | 0,1  | 2,1      | 11,6         |
| 2  | Суп-лапша домашняя                  | 24,13     | 250             | 7,1                  | 9,0  | 15,1     | 169,9        |
| 3  | Каша гречневая рассыпчатая          | 18,36     | 180             | 9,3                  | 8,4  | 40,6     | 275,3        |
| 4  | Биточки "Детские" тушеные с овощами | 43,50     | 90              | 16,3                 | 16,2 | 15,5     | 273,2        |
| 5  | Компот из фруктовой ягодной смеси   | 8,00      | 200             | 0,5                  | 0,1  | 12,8     | 54,6         |
| 6  | Хлеб ржано-пшеничный                | 3,05      | 60              | 4,0                  | 0,7  | 23,8     | 117,4        |
| 7  | Хлеб пшеничный                      |           | 0               | 0,0                  | 0,0  | 0,0      | 0,0          |
| Итого обед                                 |                                     | 109,64    | 840             | 37,8                 | 34,4 | 109,8    | 900,0        |
| <b>Полдник 5-11 классы</b>                 |                                     |           |                 |                      |      |          |              |
| 1  | Ватрушка с творогом                 | 16,35     | 100             | 10,8                 | 5,4  | 41,9     | 259,9        |
| 2  | Компот из смеси фруктов             | 4,80      | 200             | 0,5                  | 0,0  | 15,0     | 54,3         |
|  |                                     | 21,15     |                 | 11,3                 | 5,4  | 56,9     | 314,2        |

Повар

О.В.Петренко

Мед.сестра

С.А.Чиркова