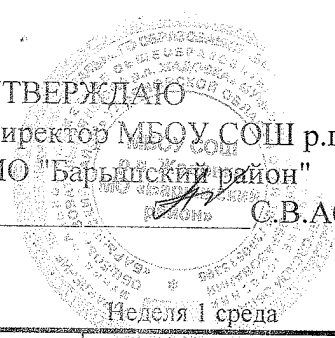


МЕНЮ
04.09.2024

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



Завтрак 1-4 классы

Неделя 1 среда

№п/п	Прием пищи, наименование блюда	цена, руб	Масса порции	Пищевые вещества (г)			калорийность
				Белки	Жиры	Углеводы	
1	Запеканка творожная	38,89	150	34,1	11,0	19,3	312,8
2	Чай черный с лимоном	4,05	200	0,4	0,1	5,2	23,7
3	Хлеб пшеничный	3,14	50	3,8	0,4	24,6	117,2
4	Соус сладкий сметанный	5,82	50	1,6	4,4	6,9	73,6
5	Салат из моркови с яблоками	7,78	50	0,5	1,6	6,2	41,1
Итого за Завтрак		54,46	500	40,4	17,5	62,2	568,4

Обед 1-4 классы

1	Салат из свеклы с сыром	5,65	60	4,3	7,5	4,6	102,6
2	Щи из свежей капусты с картофелем	20,65	200	4,4	5,5	6,8	92,6
3	Макароны отварные	9,19	150	5,5	4,9	32,8	196,8
4	Фрикадельки "Школьные" в соусе	26,77	90	8,5	11,0	13,1	185,3
5	Компот из сухофруктов	6,3	200	0,4	0,0	25,1	102,0
6	Хлеб ржано-пшеничный	2,54	50	3,3	0,6	19,8	97,8
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		100,25	750	26,2	29,3	102,2	777,1

завтрак 5-11 классы

1	Запеканка творожная	43,51	170	35,2	12,3	20,6	373,8
2	Чай черный с лимоном	4,05	200	0,4	0,1	5,2	23,7
3	Хлеб пшеничный	3,16	60	4,6	0,5	29,5	140,6
4	Соус сладкий сметанный	5,98	50	1,6	4,4	6,9	73,6
5	Салат из моркови с яблоками	9,34	60	0,6	1,9	7,4	49,3
Итого за Завтрак		67,64	530	47,4	19,2	69,6	661,0

Обед 5-11 классы

1	Салат из свеклы с сыром	5,65	60	4,3	7,5	4,6	102,6
2	Щи из свежей капусты с картофелем	25,81	250	5,5	6,6	8,5	115,7
3	Макароны отварные	11,03	180	6,4	5,9	39,4	236,2
4	Фрикадельки "Школьные" в соусе	26,77	90	8,5	11,0	13,1	185,3
5	Компот из сухофруктов	6,3	200	0,4	0,0	25,1	102,0
6	Хлеб ржано-пшеничный	3,05	60	4,0	0,7	23,8	117,4
Итого за Обед (полноценный рацион питания)		78,61	840	29,1	31,7	114,5	859,2

Полдник 1-11 классы

1	Пирожок с фруктовой начинкой	30,00	100	5,30	3,40	43,40	225,4
2	Сок абрикосовый	3,50	200	7,00	0,20	25,40	105,6
Итого за Полдник		33,50	300	12,30	3,60	68,80	331,00

Повар

Л

О.В.Петренко

Мед.сестра

Ч

С.А.Чиркова