

МЕНЮ

« 3 » октября 2022 г.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 1
В.В. Мещуров



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1-4 классы						
Обед	Салат из св.помидоров	60	0,6	6,1	2,76	68,28
	Птица отварная	90/5	23,43	23,43	1,25	312,02
	Рис отварной	150	3,38	5,08	40,27	225,18
	Какао со сгущенным молоком	200	3,78	3,91	26,04	154,15
	Хлеб ржано- пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,80	90,62
	Итого за завтрак:		565	37,37	39,29	110,19
1-4 классы (ОВЗ)						
Завтрак:	Каша молочная пшеничная жидкая	205	7,44	8,07	35,28	243,92
	Бутерброд с маслом	30	1,27	11,3	7,7	137,5
	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26,04	154,15
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,80	90,62
Итого за завтрак:		465	15,49	23,72	88,82	626,19
Обед:	Салат из св.помидоров	60	0,6	6,1	2,76	68,28
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,52	5,33	8,65	88,89
	Птица отварная	90/5	23,43	23,43	1,25	312,02
	Рис отварной	150	3,38	5,08	40,27	225,18
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	-	27,89	113,79
	Хлеб ржано- пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,80	90,62
	Итого за обед:		765	35,67	83,54	120,69
5-11 классы						
Завтрак (для ОВЗ)	Каша молочная пшеничная жидкая	250	9,2	10,16	43,8	303,4
	Бутерброд с маслом	30	1,27	11,3	7,7	137,5
	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26,04	154,15
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,80	90,62
Итого за завтрак:		555	21,04	28,67	129,84	1001,77
Обед:	Салат из св.помидоров	100	1,1	10,16	4,6	113,92
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	1,9	6,66	10,81	111,11
	Птица отварная	120	31,23	31,23	1,66	416,02
	Рис отварной	200	5,18	6,78	53,7	300,24
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	-	27,89	113,79
	Хлеб ржано- пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,80	90,62
	Итого за обед:		930	46,05	55,57	138,53

ИП Боковикова Е.И.

Боковикова