

МЕНЮ

« 16 » ноября 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	Помидор свежий нарезка	60	0,66	0,12	2,76	13,80
	Тефтели из говядины в молочном соусе	90/40	16,52	18,77	11,24	280,07
	Картофельное пюре	150	3,19	5,43	23,29	160,41
	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26,04	154,15
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90,62
	Итого за завтрак	600	30,33	28,97	103,20	793,13
1-4 классы (ОВЗ)						
Завтрак:	Каша молочная пшеничная жидкая	200/5	7,44	8,07	35,28	243,92
	Бутерброд с повидлом	60	1,72	4,2	32,9	176,3
	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26,04	154,15
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за завтрак:		500	15,99	20,22	114,07	697,99
Обед:	Помидор свежий нарезка	60	0,66	0,12	2,76	13,80
	Рассольник ленинградский со сметаной	200	4,02	9,04	25,9	119,68
	Тефтели из говядины в молочном соусе	90/40	16,52	18,77	11,24	280,07
	Картофельное пюре	150	3,19	5,43	23,29	160,41
	Компот из свежих яблок(с витамином «С»)	200	0,16	0,16	27,87	114,56
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90,62
Итого за обед:	800	30,73	34,26	130,93	873,22	
5-11 классы						
Завтрак (для ОВЗ)	Каша молочная пшеничная жидкая	250/5	9,2	10,0	43,8	303,4
	Бутерброд с повидлом	60	1,72	4,2	32,9	176,3
	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26,04	154,15
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за завтрак:		550	17,75	22,15	122,59	752,07
Обед:	Помидор свежий нарезка	100	1,1	0,2	4,6	23,0
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	5,08	11,3	32,38	149,60
	Тефтели из говядины в молочном соусе	120/50	22,03	25,03	14,98	373,42
	Картофельное пюре (картофель 168, молоко 30, масло слив.9.0, соль)	200	4,26	8,08	31,06	213,94
	Компот из свежих яблок(с витамином «С»)	200	0,16	0,16	27,87	114,56
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90,62
Итого за обед:	980	38,81	45,51	150,76	1059,22	

ИП Боковикова Е.И.

Боковикова