

МЕНЮ

« 6 » марта 2023 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 моркови и яблок	60	0,54	6,10	4,94	75,36
	Биточки из говядины	90	13,7	15,0	7,3	227,2
	Макароны отварные с маслом слив.	150	5,52	5,29	35,23	211,09
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
	Итого за завтрак:	582	26,01	27,14	102,65	759,97
1-4 классы (ОВЗ)						
Завтрак:	Каша манная	200	6,53	7,03	38,78	244,92
	Чай с сахаром (лимон)	200	0,07	0,01	15,31	61,62
	Бутерброд с сыром	25/20	6,62	9,48	10,06	152,00
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за завтрак:	432	22,12	16,42	82,24	560,62	
Обед:	Салат из моркови и яблок	60	0,54	6,10	4,94	75,36
	Рассольник домашний	200	4,0	9,0	25,9	119,6
	Биточки из говядины	90	13,7	15,0	7,3	227,2
	Макароны отварные с маслом слив.	150	5,52	5,29	35,23	211,09
	Кисель из концентрата ягодного	200	1,36	-	29,02	116,19
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
	Итого за обед:	760	31,3	36,13	142,26	934,14
5-11 классы						
Завтрак (для ОВЗ)	Каша манная	250	7,87	8,74	48,20	304,6
	Чай с сахаром (лимон)	200	0,07	0,01	15,31	61,62
	Бутерброд с сыром	25/20	6,62	9,48	10,06	152,00
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
Итого за завтрак:	552	17,56	18,67	93,37	608,84	
Обед:	Салат из моркови и яблок	100	0,9	10,16	8,24	128,12
	Рассольник домашний	250	5,03	11,3	32,38	149,6
	Биточки из говядины	120	18,31	20,09	9,84	303,00
	Макароны отварные с маслом слив.	200	7,36	7,06	47,1	281,46
	Кисель из концентрата ягодного	200	1,36	-	29,02	116,19
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
	Итого за обед:	930	39,14	49,35	166,45	1163,07

ИП Боковинова Е.И.

Боковинова