

МЕНЮ

03 мая 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №1
МО «Барышский район»

И.Ю. Титова

Завтрак 1-4 класс

| № п/п | Блюдо | выход | цена | калорийность | белки | жиры | углеводы |
|------------------------------|------------------------------|-------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| 1 | Каша вязкая молочная овсяная | 200 | 20,69 | 270,7 | 7,9 | 11,6 | 33,7 |
| 2 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 11,95 | 86,0 | 3,87 | 2,86 | 11,19 |
| 3 | Вафельная конфета | 100 | 13,20 | 266,2 | 9,61 | 7,2 | 40,76 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 2,51 | 140,6 | 4,56 | 0,48 | 29,52 |
| итого | | 520 | 48,35 | 622,90 | 11,77 | 55,22 | 74,39 |
| <i>итого (зимний период)</i> | | | 48,35 | | | | |

Обед 1-4 класс

| № п/п | Блюдо | выход | цена | калорийность | белки | жиры | углеводы |
|-------|--|-------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| 1 | Овощи натуральные порционные свежий огурец | 30 | | 31,30 | 1,24 | 0,21 | 6,12 |
| 2 | Суп овощной | 200 | | 97,2 | 5,17 | 4,50 | 9,01 |
| 3 | Пюре картофельное | 150 | | 139,4 | 3,1 | 5,31 | 19,82 |
| 4 | Фрикадельки "школьные" в соусе | 90 | | 302,30 | 14,05 | 18,64 | 19,62 |
| 5 | Компот из смородины | 200 | | 35,40 | 0,28 | 0,11 | 8,35 |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный йодированный | 50 | | 97,80 | 3,30 | 0,60 | 19,80 |
| итого | | | 100,3 | 703,40 | 27,1 | 29,37 | 82,72 |

Обед 5-11 класс

| № п/п | Блюдо | выход | цена | калорийность | белки | жиры | углеводы |
|-------|--|-------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| 1 | Овощи натуральные св.огурец порционные | 30 | 6,30 | 52,20 | 2,07 | 0,35 | 10,19 |
| 2 | Суп овощной | 200 | 11,13 | 97,2 | 5,17 | 4,50 | 9,01 |
| 3 | Картофельное пюре с маслом сливочным | 180 | 28,27 | 235,4 | 4,3 | 13,08 | 25,09 |
| 4 | Фрикадельки "школьные" в соусе | 100 | 51,71 | 336,00 | 15,61 | 20,69 | 21,80 |
| 5 | Компот из смородины | 200 | 8,75 | 35,40 | 0,28 | 0,11 | 8,35 |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный йодированный | 60 | 3,05 | 117,4 | 3,96 | 0,72 | 23,76 |
| 7 | Булочка | 80 | | 376,5 | 13,29 | 15,00 | 46,68 |
| итого | | | 109,21 | 1250,1 | 44,72 | 54,45 | 144,88 |

Ст. повар _____ В.Д.Фролова
Мед.сестра _____ Е.Б. Родионова