

МЕНЮ

09 января 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	Соус сметанный	30		33,90	0,80	2,38	2,33
2	Кофейный напиток с молоком	200	12,96	86,00	3,87	2,86	11,19
3	Вареники с картофелем	120	23,66	229,70	5,78	8,68	32,11
4	Яблоко	120		53,30	0,50	0,50	11,80
5	Хлеб пшеничный йодированный	30	1,83	140,60	4,56	0,48	29,52
<b>итого</b>		<b>500</b>	<b>38,45</b>	<b>543,50</b>	<b>15,51</b>	<b>14,90</b>	<b>86,95</b>

Обед 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Салат из кваш.капусты	60		12,50	0,74	0,08	2,20
2	Борщ со свежей капустой и картофелем	200		103,9	5,11	4,47	10,85
3	Рис отварной	150		195,8	3,5	4,30	35,76
4	Котлеты рыбная	90		366,70	17,09	23,13	22,59
5	Компот из яблок и вишни	200		82,50	0,22	0,14	20,09
7	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	50		97,8	3,30	0,60	19,80
8							
<b>итого</b>			<b>95,72</b>	<b>859,20</b>	<b>30,0</b>	<b>32,72</b>	<b>111,29</b>
<b>итого (зимний период)</b>			<b>0,00</b>	<b>752,69</b>	<b>26,87</b>	<b>28,35</b>	<b>119,99</b>

Обед 5-11 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Салат из квашеной капусты	100	13,64	20,80	1,24	0,13	3,67
2	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	8,88	129,9	6,34	5,57	13,55
3	Рис отварной	180	13,58	235,0	4,2	5,15	42,92
4	Котлета рыбная	100	32,31	407,50	18,99	25,68	25,11
5	Компот из яблок и вишни	200	13,75	82,5	0,22	0,14	20,09
6	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	60	2,95	117,4	4,00	0,70	23,80
7	Пирожок с повидлом Хлеб пшеничный	30	1,83	208,0	4,50	1,60	44,20
<b>итого</b>			<b>86,94</b>	<b>1201,10</b>	<b>39,5</b>	<b>38,97</b>	<b>173,34</b>
<b>итого (зимний период)</b>			<b>86,94</b>				

Ст. повар  В.Д.Фролова  
 Мед.сестра  Г.Б. Родионова