

# МЕНЮ

20 марта 2023 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	Молоко сгущеное	30		98,2	2,2	2,55	16,7
2	Какао с молоком	200	15,25	100,4	4,65	3,52	12,50
3	Яблоко	120		53,3	0,48	0,48	11,76
4	Вареники с творогом	130	49,65	348,5	15,47	14,85	38,29
5	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,25	140,6	4,56	0,48	29,52
<b>итого</b>		<b>500</b>	<b>66,15</b>	<b>741,00</b>	<b>27,32</b>	<b>21,88</b>	<b>108,72</b>

## Обед 1-4 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Салат из квашеной капусты	60		34,50	1,05	2,06	2,93
2	Суп картофельный с горохом	200		131,8	7,29	4,73	15,05
3	Рис с овощами	150		167,8	3,2	5,66	26,02
4	Наггетсы детские	90		293,00	17,16	17,00	17,23
5	Чай с лимоном	200		23,80	0,44	0,10	5,25
6	Хлеб ржано-пшеничный	50		97,80	3,30	0,60	19,80
<b>итого</b>			<b>100,25</b>	<b>748,70</b>	<b>32,4</b>	<b>30,15</b>	<b>86,28</b>

## Обед 5-11 класс

№ п/п	Блюдо	выход	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
1	Салат из квашеной капусты	100	15,01	57,30	1,74	3,42	4,88
2	Суп картофельный с горохом	200	5,26	131,8	7,29	4,73	15,05
3	Рис отварной с овощами	180	18,80	235,0	4,2	5,15	42,92
4	Наггетсы детские	100	32,20	293,00	17,76	17,00	17,23
5	Чай с лимоном	200	3,10	23,80	0,44	0,10	5,25
6	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,05	117,4	3,69	0,72	23,76
8	Ватрушка	75	16,00	194,9	6,69	5,77	29,00
<b>итого</b>			<b>93,42</b>	<b>1053,19</b>	<b>41,8</b>	<b>36,89</b>	<b>138,09</b>

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