МБОУ Июльская СОШ

Утверждаю
Директор МБОУ Июльская СОШ
"03" 10 2024г

Меню на "04" 10 2024 г.

| № рец. | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | | B1 | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| | **Завтрак ОВЗ** | | | | | | | | | | | | | | |
| 067/б | Каша манная молочная жидкая | 200 | 9,45 | 5,83 | 6,7 | 28,19 | 196 | 0,11 | 1,95 | 0,04 | | 184,38 | 178,58 | [illegible] | 0,51 |
| 149 | Какао-напиток витамизированный на молоке | 200 | 5,07 | 3,32 | 3,28 | 23,48 | 137 | 0,03 | 0,52 | 0,01 | | 105,95 | 78,30 | 12,18 | 0,10 |
| хлеб | Хлеб пшеничный | 30 | 1,56 | 1,6 | 0,48 | 9,10 | 59 | 0,08 | | | | 12,90 | 79,2 | 23,10 | 1,5 |
| | | | **16,08** | **10,75** | **10,45** | **60,77** | **392,00** | **0,11** | **0,52** | **0,01** | | **118,85** | **157,50** | **35,28** | **1,60** |
| | **Обед (1-4 класс)** | | | | | | | | | | | | | | |
| 011 | Салат из капусты и моркови с раст.маслом | 60 | 4,28 | 1,55 | 5,09 | 9,42 | 90 | 0,02 | 28,84 | | | 34,5 | 23,99 | 13,15 | 0,50 |
| 166 | Суп "Пуштые шыд" | 250,0 | 16,36 | 3,35 | 3,09 | 16,41 | 107 | 0,11 | 8,6 | 0,02 | | 21,25 | 77,56 | 25,56 | 1,13 |
| 88 | Котлетная рыбная "Нептун" | 90,0 | 33,65 | 11,52 | 12,24 | 8,91 | 186 | 0,05 | 0,7 | 0,04 | | 33,30 | 137,44 | 26,69 | 0,64 |
| 92 | Пюре картофельное | 150 | 16,11 | 3,15 | 6,88 | 21,90 | 161 | 0,11 | 9,00 | 0,01 | | 51,54 | 86,88 | 26,77 | 0,88 |
| 132/1 | Чай сладкий | 200 | 1,44 | 0,19 | 0,05 | 28,00 | 123 | | 0,1 | | | 4,40 | 7,4 | 4,00 | 0,80 |
| хлеб | Хлеб пшенично-ржаной | 30 | 1,60 | 2,08 | 0,40 | 11,30 | 57 | 0,10 | | | | 16,5 | 97,0 | 28,5 | 2 |
| Хлеб | Хлеб пшеничный | 30 | 1,56 | 2,60 | 0,48 | 11,1 | 59 | 0,1 | | | | 12,9 | 79 | 23,1 | 2,00 |
| | | | **75,00** | **22,07** | **19,41** | **93,50** | **682,00** | **0,47** | **47,24** | **0,07** | | **174,39** | **509,5** | **147,77** | **8,20** |
| | **Обед (5-11 классы)** | | | | | | | | | | | | | | |
| 011 | Салат из капусты и моркови с раст.маслом | 100 | 6,97 | 1,55 | 5,09 | 9,42 | 90 | 0,02 | 28,84 | | | 34,5 | 23,99 | 13,15 | 0,50 |
| 166 | Суп "Пуштые шыд" | 250,0 | 19,76 | 3,35 | 3,09 | 16,41 | 107 | 0,11 | 8,6 | 0,02 | | 21,25 | 77,56 | 25,56 | 1,13 |
| 88 | Котлетная рыбная "Нептун" | 100,0 | 36,72 | 11,52 | 12,24 | 8,91 | 186 | 0,05 | 0,7 | 0,04 | | 33,30 | 137,44 | 26,69 | 0,64 |
| 92 | Пюре картофельное | 180 | 8,90 | 3,15 | 6,88 | 21,90 | 161 | 0,11 | 9,00 | 0,01 | | 51,54 | 86,88 | 26,77 | 0,88 |
| 132/1 | Чай сладкий | 200 | 1,54 | 0,19 | 0,05 | 28,00 | 123 | | 0,1 | | | 4,40 | 7,4 | 4,00 | 0,80 |
| хлеб | Хлеб пшенично-ржаной | 30 | 2,08 | 2,08 | 0,40 | 11,30 | 57 | 0,10 | | | | 16,5 | 97,0 | 28,5 | 2 |
| Хлеб | Хлеб пшеничный | 30 | 2,03 | 2,60 | 0,48 | 11,1 | 59 | 0,1 | | | | 12,9 | 79 | 23,1 | 2,00 |
| | | | **78,00** | **22,75** | **22,52** | **90,26** | **685,00** | **810,00** | **810,00** | **0,07** | | **174,39** | **509,5** | **147,77** | **8,20** |
| | **Обед ОВЗ** | | | | | | | | | | | | | | |
| 011 | Салат из капусты и моркови с раст.маслом | 60 | 4,28 | 1,55 | 5,09 | 9,42 | 90 | 0,02 | 28,84 | | | 34,5 | 23,99 | 13,15 | 0,50 |
| 166 | Суп "Пуштые шыд" | 250,0 | 16,36 | 3,35 | 3,09 | 16,41 | 107 | 0,11 | 8,6 | 0,02 | | 21,25 | 77,56 | 25,56 | 1,13 |
| 88 | Котлетная рыбная "Нептун" | 90,0 | 33,65 | 11,52 | 12,24 | 8,91 | 186 | 0,05 | 0,7 | 0,04 | | 33,30 | 137,44 | 26,69 | 0,64 |
| 92 | Пюре картофельное | 150 | 16,11 | 3,15 | 6,88 | 21,90 | 161 | 0,11 | 9,00 | 0,01 | | 51,54 | 86,88 | 26,77 | 0,88 |
| 132/1 | Чай сладкий | 200 | 1,44 | 0,19 | 0,05 | 28,00 | 123 | | 0,1 | | | 4,40 | 7,4 | 4,00 | 0,80 |
| хлеб | Хлеб пшенично-ржаной | 30 | 1,60 | 2,08 | 0,40 | 11,30 | 57 | 0,10 | | | | 16,5 | 97,0 | 28,5 | 2 |
| Хлеб | Хлеб пшеничный | 30 | 1,56 | 2,60 | 0,48 | 11,1 | 59 | 0,1 | | | | 12,9 | 79 | 23,1 | 2,00 |
| | | | **75,00** | **22,07** | **19,41** | **93,50** | **682,00** | **0,39** | **47,24** | **0,07** | | **161,49** | **430,3** | **124,67** | **6,20** |

Шеф-повар _____ (Хамиогорова М.М)

Мед. Работник _____ (Ефимова Л.В)