

МБОУ Июльская СОШ

Утверждаю:

Директор МБОУ Июльская СОШ

Сентякова О.В.

" 10 " 03 2025 г.

Меню на " 11 " 03 2025 г.

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Завтрак ОВЗ															
067/6	Каша манная молочная жидкая	200	13,71	5,83	6,7	28,19	196	0,06	0,55	0,02		118,27	107,05	^{17,78}	0,35
117/1	Какао-напиток витаминизированный на молоке	200	8,60	1,66	16,40	11,74	138	0,03	0,52	0,01		107,40	95,40	17,17	0,49
хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,69	2,6	0,48	11,10	59	0,14				21,50	132,0	38,50	2,5
			25,00	10,09	23,57	51,03	460,00	0,71	1,07	0,03		368,90	417,40	83,67	3,00

Обед (1-4 класс)															
002/1	Винегрет с растительным маслом	60	5,92	1,00	3,11	5,04	55	0,06	8,01	0,		35,0	97,14	21,72	1,13
093/2	Гуляш	100,0	40,08	12,09	11,84	6,58	177	0,05	0,9	0,01		10,26	127,98	16,62	1,86
92	Пюре картофельное	150	12,55	3,12	6,75	21,90	161	0,06				9,03	40,87	7,52	0,75
146	Чай с лимоном	200	4,85	1,00		30,40	105	0,60	30,0	1,		9,00		2,00	
035/3	Суп гороховый	250	11,70	6,84	4,10	20,59	147	0,01	1,			1,0	10,0	28,5	0
хлеб	Хлеб пшенично-ржаной	30	2,91	1,56	0,40	8,30	57	0,10				16,5	97,0	28,5	2
хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,99	1,60	0,48	9,10	59	0,10				12,9	79,0	23,1	2
			81,00	26,73	26,57	101,67	761,20	0,98	40,15	0,53		93,70	452,0	127,96	8,34

Обед (5-11 классы)															
002/1	Винегрет с растительным маслом	100	15,79	0,96	3,11	5,04	55	0,06	8,01	0,		35,0	97,14	21,72	1,13
093/2	Гуляш	100,0	62,69	6,09	7,84	3,58	177	0,05	0,9	0,01		10,26	127,98	16,62	1,86
92	Пюре картофельное	180	18,22	3,12	3,03	9,02	121	0,06				9,03	40,87	7,52	0,75
146	Чай с лимоном	200	6,30	1,00		12,40	105	0,60	30,0	1,		9,00		2,00	
035	Суп гороховый	250	15,70	6,84	4,10	20,59	147	0,01	1,			1,0	10,0	28,5	0
хлеб	Хлеб пшенично-ржаной	30	3,78	1,56	0,40	8,30	57	0,10				16,5	97,0	28,5	2
хлеб	Хлеб пшеничный	30	3,88	1,60	0,48	9,10	59	0,10				12,9	79,0	23,1	2
			126,36	26,73	26,57	101,67	761,20	1,02	50,61	0,53		162,22	527,6	134,32	8,48

Обед ОВЗ															
002/1	Винегрет с растительным маслом	60	5,92	1,00	3,00	5,04	55	0,06	8,01	0,		35,0	97,14	21,72	1,13
093/2	Гуляш	100,0	40,08	12,09	11,84	6,58	177	0,05	0,9	0,01		10,26	127,98	16,62	1,86
92	Пюре картофельное	150	12,55	3,12	6,75	21,90	161	0,06				9,03	40,87	7,52	0,75
146	Чай с лимоном	200	4,85	1,00		30,40	105	0,60	30,0	1,		9,00		2,00	
035/3	Суп гороховый	250	11,70	6,84	4,10	20,59	147	0,01	1,			1,0	10,0	28,5	
хлеб	Хлеб пшенично-ржаной	30	2,91	1,56	0,40	8,30	57	0,10				16,5	97,0	28,5	2
хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,99	1,60	0,48	9,10	59	0,10				12,9	79,0	23,1	2
			81,00	26,73	26,57	101,67	761,20	0,98	40,15	0,53		93,70	452,0	127,96	8,24

Шеф-повар _____

Мед. Работник _____