

МБОУ Июльская СОШ

Утверждаю:

Директор МБОУ Июльская СОШ

Сентякова О.В.

" 12 " 03 2025 г.

Меню на " 13 " 03 2025 г.

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак ОВЗ															
077/3	Омлет натуральный	80	19,59	11,36	13,2	4,38	182	0,06	0,47	0,14		132,05	196,77	18,81	1,68
132/1	Чай сладкий	200	2,42	0,20	0,50	11,84	50		0,04			4,37	7,42	3,96	0,77
	Хлеб	30	2,99	1,60	0,48	9,1	59	0,08				12,9	79,2	23,1	1,5
			25,00	13,16	13,77	25,32	381,00	0,11	0,5	5,1		301,82	345,19	50,17	5,75

Обед (1-4 класс)															
009/2	Салат из квашеной капусты	60	6,26	0,94	1,00	6,60	49	0,02	28,84			34,5	23,99	13,15	0,45
159/1	Суп картофельный с клецками	250,0	11,20	2,10	3,35	18,12	87	0,04	0,40	0,01		14,25	34,93	8,02	0,48
108/3	Плов из отварной курицы	200	41,84	17,84	20,01	38,11	500	0,11	0,63	0,05		28,56	251,59	44,71	2,29
130/а	Сок фруктовый яблочный	200	15,80	0,76		20,57	85	0,02	1,60			21,6	19,8	10,8	2,7
хлеб	Хлеб пшенично-ржаной	30	2,91	1,08	0,40	8,30	57	0,1				16,5	97	28,5	2,3
Хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,99	1,60	0,48	9,1	59	0,08				12,9	79,2	23,1	1,5
			81,00	24,32	25,25	100,80	837,00	0,37	31,47	0,06		128,31	506,51	128,28	9,72

Обед (5-11 классы)															
009/2	Салат из квашеной капусты	100	8,54	0,79	2,50	6,60	41	0,02	28,84			34,5	23,99	13,15	0,45
65	Суп картофельный с клецками	250,0	18,26	2,10	3,35	18,12	87	0,04	0,40	0,01		14,25	34,93	8,02	0,48
108/3	Плов из отварной курицы	200	67,24	11,34	20,01	38,11	500	0,11	0,63	0,05		28,56	251,59	44,71	2,29
130/а	Сок фруктовый яблочный	200	17,94	0,76		12,57	85	0,02	1,60			21,6	19,8	10,8	2,7
хлеб	Хлеб пшенично-ржаной	30	2,03	1,08	0,40	8,30	57	0,1				16,5	97	28,5	2,3
Хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,08	1,60	0,48	9,1	59	0,08				12,9	79,2	23,1	1,5
			116,09	24,32	25,25	100,8	837	0,37	31,47	0,06		128,31	506,51	128,28	9,72

Обед ОВЗ															
009/2	Салат из квашеной капусты	60	6,26	0,94	1,00	6,60	49	0,02	28,84			34,5	23,99	13,15	0,45
65	Суп картофельный с клецками	250,0	11,20	2,10	3,35	18,12	87	0,04	0,40	0,01		14,25	34,93	8,02	0,48
108/3	Плов из отварной курицы	200	41,84	17,84	20,01	38,11	500	0,11	0,63	0,05		28,56	251,59	44,71	2,29
130/а	Сок фруктовый яблочный	200	15,80	0,76		20,57	85	0,02	1,60			21,6	19,8	10,8	2,7
хлеб	Хлеб пшенично-ржаной	30	2,91	1,08	0,40	8,30	57	0,1				16,5	97	28,5	2,3
Хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,99	1,60	0,48	9,1	59	0,08				12,9	79,2	23,1	1,5
			81,00	24,32	25,24	100,80	837,00	0,37	31,47	0,06		128,31	506,51	128,28	9,72

Шеф-повар _____

Мед. Работник _____