

МБОУ Июльская СОШ

Утверждаю:

Директор МБОУ Июльская СОШ

Сентякова О.В.

" 14 " 11 2024 г.

Меню на " 15 " 11 2024 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	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак ОБЗ															
067/6	Каша манная молочная жидкая	200	9,45	5,83	6,7	28,19	196	0,11	1,95	0,04		184,38	178,58	^{35,81}	0,51
149	Какао-напиток витаминизированный 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 шyd"	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 шyd"	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	40,36	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
				81,64	22,75	22,52	90,26	685,00	810,00	810,00	0,07	174,39	509,5	147,77	8,20

Обед ОБЗ															
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 шyd"	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 _____

Мед. Работник _____