

МБОУ Июльская СОШ

Утверждаю:  
 Директор МБОУ Июльская СОШ  
 \_\_\_\_\_  
 Сентякова О.В.  
 " 14 " 03 2025 г.

Меню на " 17 " 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	
<b>Завтрак ОБЗ</b>																
070/2	Каша рисовая молочная жидкая	200	15,00	4,86	6,7	29,13	196	0,1	0,38	0,00		132,05	196,77	18,81	1,68	
177/1	Какао-напиток витаминизированный на молоке	200	7,44	3,32	3,28	23,48	137		0	0,1		199	254,	28	1,	
	Хлеб	30	2,56	2,6	0,48	11,10	59	0,05	0,	0,		146,4	125	15,4	1,0	
				<b>25,00</b>	<b>16,01</b>	<b>12,40</b>	<b>72,34</b>	<b>392,00</b>	0,05	0,5	0,07		203,75	261,42	32,22	1,42

<b>Обед (1-4 класс)</b>																
28	Томат свежий	60	3,96	0,30	0,00	1,90	7	0,01	0,96			1	10		0,08	
67	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250,0	13,79	5,60	3,02	15,67	112		6,62							
								0,1		0,02		25,3	123,84	31,88	1,09	
175/2	Котлета "Здоровье"	90	39,95	10,70	16,06	4,33	205	0,04	0,34	0,02		16,17	109,19	17,19	1,58	
075/4	Макаронные изделия отварные	150	8,50	6,85	5,10	47,40	240	0,02	0,80			41,14	29,2	22,96	0,68	
	хлеб	30	2,91	1,08	0,40	8,30	57	0,08	0,8			13,20	77,6	22,80	1,80	
130/а	Сок фруктовый яблочный	200	8,90	0,76		20,57	85	0,02	1,60			21,6	19,8	10,8	2,7	
	Хлеб	30	2,99	1,60	0,48	9,1	59	0,14				21,5	132,0	38,5	2,50	
				<b>81,00</b>	<b>26,90</b>	<b>25,06</b>	<b>107,30</b>	<b>765,20</b>	0,41	11,12	0,04		139,91	501,63	144,13	10,43

<b>Обед (5-11 классы)</b>																
67	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250,0	18,63	5,60	3,02	15,67	112		6,62							
								0,1		0,02		25,3	123,84	31,88	1,09	
175/1	Котлета "Здоровье"	100	47,9	13,37	19,28	5,42	249	0,04	0,34	0,02		16,17	109,19	17,19	0,48	
075/4	Макаронные изделия отварные	180	14,47	10,62	6,12	56,88	325	0,02	0,8			41,14	29,2	22,96	0,68	
28	Томат свежий	100	5,67	0,3		1,90	7	0,01	0,96			1	10		0,08	
130/а	Сок фруктовый яблочный	200	17,6	0,76		20,57	85	0,02	1,6			21,6	19,8	10,8	2,7	
	Хлеб	30	3,88	1,60	0,48	9,1	59	0,14				21,5	132,0	38,5	2,50	
	хлеб	30	3,78	1,08	0,40	8,30	57	0,08	0,8			13,20	77,6	22,80	1,80	
				<b>111,93</b>	<b>28,9</b>	<b>25,06</b>	<b>107,3</b>	<b>765,2</b>	0,41	11,12	0,04		139,91	501,63	144,13	9,33

<b>Обед ОБЗ</b>																
28	Томат свежий	60	3,96	0,30	0,00	1,90	7	0,01	0,96			1	10		0,08	
67	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250,0	13,79	5,60	3,02	15,67	112		6,62							
								0,1		0,02		25,3	123,84	31,88	1,09	
175/2	Котлета "Здоровье"	90	39,95	10,70	16,06	4,33	205	0,04	0,34	0,02		16,17	109,19	17,19	1,58	
075/4	Макаронные изделия отварные	150	8,50	6,85	5,10	47,40	240	0,02	0,80			41,14	29,2	22,96	0,68	
	хлеб	30	2,91	1,08	0,40	8,30	57	0,08	0,8			13,20	77,6	22,80	1,80	
130/а	Сок фруктовый яблочный	200	8,90	0,76		20,57	85	0,02	1,60			21,6	19,8	10,8	2,7	
	Хлеб	30	2,99	1,60	0,48	9,1	59	0,14				21,5	132,0	38,5	2,50	
				<b>81,00</b>	<b>26,90</b>	<b>25,06</b>	<b>107,30</b>	<b>765,20</b>	0,41	11,12	0,04		139,91	501,63	144,13	10,43

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Мед. Работник \_\_\_\_\_