

МБОУ Июльская СОШ

Утверждаю:

Директор МБОУ Июльская СОШ

Сентякова О.В.

" 17 " 04 2025 г.

Меню на " 18 " 04 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	Ca	Р	Mg	Fe
Завтрак ОБЗ															
079/г	Запеканка творожная	150	19,57	19,95	14,1	17,26	300	0,05	0,38	0		132,05	196,77	18,81	1,68
132/1	Чай сладкий	200	2,44	0,19	0,05	11,84	49		0,04	0,07		199,38	254	28,26	0,65
хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,99	1,60	0,48	9,10	59	0,10				12,9	79,0	23,1	2
			25,00	21,74	14,65	38,20	471,00	0,19	15,42	0,07		356,33	572	133,2	4,73

Обед (ОБЗ)															
009/2	Салат из квашеной капусты	60	5,26	0,94	1,00	4,60	49	0,01	0,96			1	10		0,08
039/2	Суп овощной с курицей	262,0	13,64	5,69	8,51	11,00	138	0,06	8,30	0,02		37,07	80,67	24,1	1,38
087/5	Суфле Рыбка золотая	100	37,65	11,35	9,73	8,55	192	0,05	0,70	0,04		33,3	137,44	26,69	0,64
92	Пюре картофельное	150	16,11	3,12	6,03	15,02	161	0,11	9,00	0,02		51,45	86,88	26,77	0,88
132/1	Чай сладкий	200	2,44	0,19	0,05	11,84	49		0,20			4,4	7,4	4	0,8
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	23,97	26,40	107,05	730,00	0,43	19,16	0,08		156,62	498,39	133,16	8,28

Обед (5-11 классы)															
039/2	Суп овощной с курицей	262,0	18,43	3,35	3,09	12,41	125	0,06	8,30	0,02		37,07	80,67	24,1	1,38
087/4	Суфле Рыбка золотая	100	34,51	11,35	8,73	8,55	192	0,07	0,88	0,05		41,61	171,48	37,01	0,82
92	Пюре картофельное	180	21,9	3,75	4,88	21,64	145	0,013	10,8	0,02	61,96	104,43	32,16	1,06	0,68
009/2	Салат из квашеной капусты	100	7,54	0,79	2,50	3,85	41	0,01	0,96			1	10		0,08
132/1	Чай сладкий	200	3,17	0,19	0,05	11,84	72		0,01			4,4	7,4	4	0,8
хлеб	Хлеб пшенично-ржаной	30	3,78	1,08	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	2,00
			96,98	23,97	26,4	107,05	730	0,353	20,95	0,09		217,91	477,71	117,77	8,01

Обед (1-4 кл)															
009/2	Салат из квашеной капусты	60	5,26	0,94	1,00	4,60	49	0,01	0,96			1	10		0,08
039/2	Суп овощной с курицей	262,0	13,64	5,69	8,51	11,00	138	0,06	8,30	0,02		37,07	80,67	24,1	1,38
087/5	Суфле Рыбка золотая	100	37,65	11,35	9,73	8,55	192	0,05	0,70	0,04		33,3	137,44	26,69	0,64
92	Пюре картофельное	150	16,11	3,12	6,03	15,02	161	0,11	9,00	0,02		51,45	86,88	26,77	0,88
132/1	Чай сладкий	200	2,44	0,19	0,05	11,84	49		0,20			4,4	7,4	4	0,8
хлеб	Хлеб пшенично-ржаной	30	2,91	1,08	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	23,97	24,40	101,07	730,00	0,43	19,16	0,08		156,62	498,39	133,16	8,28

Шеф-повар _____

Мед. Работник _____