

МБОУ Июльская СОШ

Утверждаю:

Директор МБОУ Июльская СОШ

Сентякова О.В.

" 23 " 01 2025 г.

Меню на " 24 " 01 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	P	Mg	Fe
Завтрак ОБЗ															
067/a	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	200	18,50	6,05	9,4	21,08	193	0,11	0,78	0,04		168,61	175,88	40,73	0,73
132/1	Чай сладкий	200	3,94	0,19	0,05	11,84	49		0,04			4,37	7,42	3,96	0,77
	Хлеб пшеничный	30	2,56	2,6	0,48	11,10	59	0,08				12,90	79,2	23,10	2,0
				25,00	8,84	9,96	44,02	301,00	0,08	0,04	0,00	17,27	86,62	27,06	2,77

Обед (1-4 класс)															
31	Салат "Ромашка"	60	6,79	1,00	5,81	7,29	86	0,00	1,92	0,		2,0	0,00	0,00	0,16
039/2	Суп овощной с курицей	262,5	17,12	5,69	6,51	11,00	125	0,09	9,0	0,02		31,44	87,44	24,49	1,17
73	Зразы из говядины с яйцом	90	38,75	19,17	20,79	5,13	191	0,06	0,32	0,02		18,86	141,01	19,65	2,12
75	Макаронные изд.отварные	150	9,62	6,34	8,00	41,10	215	0,06	12,3			65,68		31,65	0,98
130/a	Сок фруктовый яблочный	200	5,56	0,76		20,57	85	0,02	1,			41,1	29,2	23,0	
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	11,10	59	0,10				12,9	79,0	23,1	2
				81,00	22,66	41,99	107,49	818,00	0,43	24,33	0,06	188,52	433,7	150,35	8,93

Обед (5-11 классы)															
31	Салат "Ромашка"	100	18,31	1,00	5,81	7,29	86	0,00	1,92	0,		2,0	0,00	0,00	0,16
039/2	Суп овощной с курицей	262,5	21,66	5,69	6,51	11,00	125	0,09	9,0	0,02		31,44	87,44	24,49	1,17
73	Зразы из говядины с яйцом	100	52,87	19,17	20,79	5,13	191	0,06	0,32	0,02		18,86	141,01	19,65	2,12
75	Макаронные изд.отварные	180	9,23	6,34	8,00	41,10	215	0,06	12,3			65,68		31,65	0,98
130/a	Сок фруктовый яблочный	200	16,28	0,76		20,57	85	0,02	1,			41,1	29,2	23,0	
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	11,10	59	0,10				12,9	79,0	23,1	2
				122,46	33,56	29,90	115,50	861,00	1,02	50,61	0,04	162,22	527,6	134,32	8,48

Обед ОБЗ															
31	Салат "Ромашка"	60	6,79	1,00	5,81	7,29	86	0,00	1,92	0,		2,0	0,00	0,00	0,16
039/2	Суп овощной с курицей	262,5	17,12	5,69	6,51	11,00	125	0,09	9,0	0,02		31,44	87,44	24,49	1,17
73	Зразы из говядины с яйцом	90	38,75	19,17	20,79	5,13	191	0,06	0,32	0,02		18,86	141,01	19,65	2,12
75	Макаронные изд.отварные	150	9,62	6,34	8,00	41,10	215	0,06	12,3			65,68		31,65	0,98
130/a	Сок фруктовый яблочный	200	5,56	0,76		20,57	85	0,02	1,			41,1	29,2	23,0	
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	11,10	59	0,10				12,9	79,0	23,1	2
				81,00	22,66	41,99	107,49	818,00	0,43	24,33	0,06	188,52	433,7	150,35	8,93

Шеф-повар _____

Мед. Работник _____