

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
<b>Завтрак ОБЗ</b>															
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
				<b>25,00</b>	<b>8,84</b>	<b>9,96</b>	<b>44,02</b>	<b>301,00</b>	<b>0,08</b>	<b>0,04</b>	<b>0,00</b>	<b>17,27</b>	<b>86,62</b>	<b>27,06</b>	<b>2,77</b>

<b>Обед (1-4 класс)</b>															
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
				<b>81,00</b>	<b>22,66</b>	<b>41,99</b>	<b>107,49</b>	<b>818,00</b>	<b>0,43</b>	<b>24,33</b>	<b>0,06</b>	<b>188,52</b>	<b>433,7</b>	<b>150,35</b>	<b>8,93</b>

<b>Обед (5-11 классы)</b>															
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
				<b>122,46</b>	<b>33,56</b>	<b>29,90</b>	<b>115,50</b>	<b>861,00</b>	<b>1,02</b>	<b>50,61</b>	<b>0,04</b>	<b>162,22</b>	<b>527,6</b>	<b>134,32</b>	<b>8,48</b>

<b>Обед ОБЗ</b>															
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
				<b>81,00</b>	<b>22,66</b>	<b>41,99</b>	<b>107,49</b>	<b>818,00</b>	<b>0,43</b>	<b>24,33</b>	<b>0,06</b>	<b>188,52</b>	<b>433,7</b>	<b>150,35</b>	<b>8,93</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Мед. Работник \_\_\_\_\_