

Согласовано
 Директор МБОУ СОШ № 6
 Скобенко М. Э.



Утверждаю



МЕНЮ
 3 октября 2023 г.

7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,2	5,6	4,9	75,1
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ	160	5,9	9,0	39,7	255,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	64,8
МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
Итого за прием пищи:	650	15,1	19,8	84,7	569,5
2-я смена					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,2	5,6	4,9	75,1
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ	160	5,9	9	39,7	255,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	64,8
МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
Итого за прием пищи:	650	15,1	19,8	84,7	569,5
Обед					
СВЕКОЛЬНИК	250	1,8	5,1	9,4	90,9
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	150	15,9	6,8	33,4	258,6
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	90	14,6	21,9	7,7	286,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0	19,4	77,4
Итого за прием пищи:	730	35,3	34	89,4	805,2
Всего за день:		65,5	73,6	258,8	1944,2

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 6
Скобенко М. Э.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.



МЕНЮ

3 октября 2023 г.

12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	2,0	9,3	8,1	125,0
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ	200	7,6	11,4	49,6	320,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	64,8
Итого за прием пищи:	540	12,8	21,0	93,4	601,7
2-я смена					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	2,0	9,3	8,1	125
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ	200	7,6	11,4	49,6	320
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	64,8
Итого за прием пищи:	540	12,8	21	93,4	601,7
Обед					
СВЕКОЛЬНИК	250	1,8	5,1	9,4	90,9
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	180	19,1	8,2	40,1	310,2
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	16,4	24,3	8,5	317,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0	19,4	77,4
Итого за прием пищи:	770	40,3	37,8	96,9	888,1
Всего за день:		65,9	79,8	283,7	2091,5