

Согласовано
 Директор МБОУ СОШ № 6
 Скобенко М.Э.



Утверждаю
 ИП ГУБЕКОВА И.Ш.



МЕНЮ

4 октября 2023 г.

7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,7	28,3	35,7	479,4
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:	630	28,7	33,5	75,8	717,9
2-я смена					
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,7	28,3	35,7	479,4
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:	630	28,7	33,5	75,8	717,9
Обед					
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,2	3,4	16,5	133
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	4,7	36,8	212,4
ПТИЦА, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	100	14,0	17,1	3	228,1
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:	740	31,9	25,4	95,2	742,8
Всего за день:		89,3	92,4	246,8	2178,6

Согласовано
 Директор МБОУ СОШ № 6
 Скобенко М.Э.



Утверждаю



МЕНЮ

4 октября 2023 г.

12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	240	25,1	33,9	42,7	125,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,8	3,5	0,0	320,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	64,8
Итого за прием пищи:	502	31,8	37,8	83,2	601,7
2-я смена					
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	240	25,1	33,9	42,7	125
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,8	3,5	0	320
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	64,8
Итого за прием пищи:	502	31,8	37,8	83,2	601,7
Обед					
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,2	3,4	16,5	90,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,9	5,7	44	310,2
ПТИЦА, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	100	14,0	17,1	3	317,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	91,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0	19,4	77,4
Итого за прием пищи:	780	33,8	26,5	107,2	888,1
Всего за день:		97,4	102,1	273,6	2091,5