

МЕНЮ
"16" *16.09.2024* г.

Среда

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ СОШ № 11 им. В.И. Ленина
МО "Барышский район" *С.В. Фечин*



№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Рыбий жир (г)	Жиры (г)	Белки (г)	Углеводы (г)
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак 1-4 класс							
60	Салат из моркови с яблоками*	50	6,35	0,5	1,6	0,4	6,2
219-У	Сырники творожные	150	38,05	29,7	13,4	22,6	
330	Соус сладкий сметанный	50	5,67	1,6	4,4	6,9	
375.01	Чай черный с лимоном	200	2,60	0,4	0,1	5,2	
Пром.	Хлеб пшеничный	50	1,79	3,8	0,4	24,6	
Итого за Завтрак							
			54,42	36	19,9	65,5	
Обед 1-4 класс							
50,08	Салат из свеклы с сыром	60	14,09	4,3	7,5	4,6	
87-У	Суп рассольник со сметанной	200	42,63	4,4	5,3	6,8	
54-1г	Макаронны отварные	150	9,64	5,3	4,9	32,8	
280-У	Фрикадельки "Школьные" в соусе	90	29,48	8,5	11	13,1	
639	Компот из сухофруктов	200	4, =	0,4	0	25,1	
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	70	4-22	3,3	0,6	19,8	
			26-19				
Итого за Обед (полноценный рацион питания)							
			100-25	26,2	29,3	102,2	
Обед 5-11 класс							
50,08	Салат из свеклы с сыром	60	14,09	4,3	7,5	4,6	
87-У	Суп рассольник со сметанной	200	42,63	4,4	5,3	6,8	
54-1г	Макаронны отварные	150	9,64	5,3	4,9	32,8	
280-У	Фрикадельки "Школьные" в соусе	90	29,48	8,5	11	13,1	
639	Компот из сухофруктов	200	4, =	0,4	0	25,1	
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	70	4-22	3,3	0,6	19,8	
Итого за Обед (полноценный рацион питания)							
			74,02	26,2	29,3	102,2	
Полдник							
406	Пирожок с фруктовой начинкой	100	5,3	3,4	43,4		
Пром.	Сок абрикосовый	200	1	0	25,4		
Итого за Полдник							
			6,3	3,4	68,8		

Ст. повар *WJ* О.А. Разина

Мед.сестра *Друшинец* Н.В. Журкина