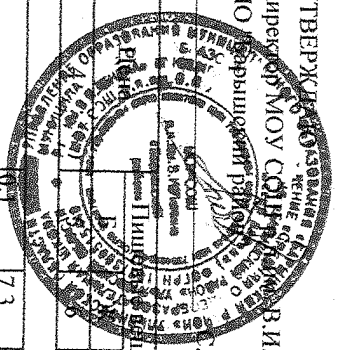


МЕНЮ
"18" октября, 2024 г.

Понедельник

УТВЕРЖДЕНО
Директор МОУ СОШ № 1
МО "Сыктывкарский район"
С.В. Фечин



№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Составляющие (г)						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Завтрак 1-4 класс									
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10		0,1		7,3		0,1	
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	10		7,00		2,3		3	
54-1бк	Каша "Дружба"	220		18,80		5,5		6,5	
54-21гн	Какао с молоком	200		13,87		4,7		3,5	
Пром.	Хлеб пшеничный	50		7,66		4,6		0,5	
	<i>28,07</i>			<i>74,24</i>				<i>29,5</i>	
Итого за завтрак				<i>54,46</i>		<i>17,2</i>		<i>20,8</i>	
Обед 1-4 класс								<i>68,5</i>	
Итого за Обед (полноценный рацион питания)									
1з	Овощная нарезка*	60		8,69		0,3		0	
11з	Суп-лапша домашняя	200		3,65		5,7		7,2	
302-У	Каша гречневая рассыпчатая	150		10,49		7,8		7	
268-У	Выпечки "Детские" тушеные с овощами	90		29,70		16,6		16,6	
343-У	Компот из фруктовой ягодной смеси	200		9,24		0,5		0,1	
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	70		4,22		3,3		0,6	
	<i>60,21</i>			<i>34,26</i>				<i>19,8</i>	
Итого за Обед (полноценный рацион питания)				<i>100,25</i>		<i>34,2</i>		<i>31,5</i>	
Обед 5-11 класс								<i>101,4</i>	
1з	Овощная нарезка*	60		8,69		0,3		0	
11з	Суп-лапша домашняя	200		3,65		5,7		7,2	
302-У	Каша гречневая рассыпчатая	150		10,49		7,8		7	
268-У	Выпечки "Детские" тушеные с овощами	90		29,70		16,6		16,6	
343-У	Компот из фруктовой ягодной смеси	200		9,24		0,5		0,1	
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	70		4,22		3,3		0,6	
	<i>60,21</i>			<i>34,26</i>				<i>19,8</i>	
Итого за Обед (полноценный рацион питания)				<i>100,25</i>		<i>34,2</i>		<i>31,5</i>	
Полдник								<i>101,4</i>	
342-У	Компот из консервированных плодов У	200		9,00		0,4		0	
410-У	Ватрушка с творогом	100		16,00		10,8		5,4	
Итого за Полдник				<i>25,00</i>		<i>11,2</i>		<i>5,4</i>	
Итого за Обед (полноценный рацион питания)				<i>205,99</i>		<i>79,6</i>		<i>71,4</i>	

Ст. повар *В.В.* Шишмарова В.В.

Мед.сестра *Н.В.* Журкина