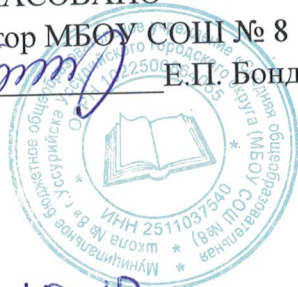


"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ СОШ № 8

Е.П. Бондарчук



" УТВЕРЖДАЮ"

ИП Прокончук А.С.



ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ
МЕНЮ для учащихся 1-4 классов

19.12

Вторник

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ	Масса	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	эн ц ккал
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,7
СЫРНИКИ ЗАПЕЧЕННЫЕ	185	12,41	6,9	35,98	250,99
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,72	0,1	10,98	50,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,85	0,33	4,83	25,9
ФРУКТ ЯБЛОКО	100	0,4	0,2	9,9	47
Итого за прием пищи:	505	15,43	15,78	66,83	469,37

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	90	7,95	7,58	0,5	53,5
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	150	3,75	7,35	13,69	180,6
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,8	0,12	28,79	118,62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,2	9,76	48,42
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,85	0,33	4,83	25,9
ФРУКТ ЯБЛОКО	100	0,4	0,2	9,9	47
Итого за прием пищи:	550	15,36	15,78	67,47	474,04

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ОБЕД 1 ВАРИАНТ

САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ И ПОМИДОР С РА	60	0	0,92	2,55	65,44
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	200	10,21	1	24,6	132
ПЕЧЕНЬ ПО СТРОГАНОВСКИ	90	5,4	15,93	3,96	190,62
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,75	6,3	22,05	159
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,8	0,12	28,79	118,62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,2	9,76	48,42
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,85	0,33	4,83	25,9
Итого за прием пищи:	710	22,62	24,8	96,54	740

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ И ПОМИДОР С РА	60	0	17,4	2,55	84,16
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	200	10,21	1	24,6	132
ПЛОВ С МЯСОМ	180	9,58	5,02	30,1	296,15
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,8	0,12	28,79	118,62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,2	9,76	48,42
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,85	0,33	4,83	25,9
Итого за прием пищи:	650	23,05	24,07	100,63	705,25

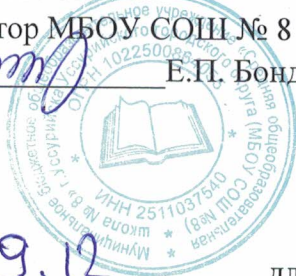
Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

Дополнительная витаминизация третьих блюд: чай с лимоном

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ СОШ № 8

Е.П. Бондарчук



19.12

" УТВЕРЖДАЮ "

ИП Проконюк А.С.



ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ

МЕНЮ

для учащихся льготной категории 5-11 классов

Вторник

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ	Масса пор	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн ц ккал
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,7
СЫРНИКИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	250	13,2	9,14	35,69	275,32
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,58	0,15	16,47	76,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,8
ФРУКТ ЯБЛОКО	100	0,4	0,2	9,9	47
Итого за прием пищи:	590	17,93	18,4	76,86	545

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ	Масса пор	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн ц ккал
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100	8	8,12	1	37,23
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	180	4,5	8,82	13,35	216,72
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,8	0,12	28,79	118,62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	72,63
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,8
ФРУКТ ЯБЛОКО	100	0,4	0,2	9,9	47
Итого за прием пищи:	610	17,82	18,22	77,34	544

ОБЕД 1 ВАРИАНТ

САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ И ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	100	0	4,84	4,25	67,41
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	250	11,28	0,07	21,57	131,49
ПЕЧЕНЬ ПО СТРОГАНОВСКИ	100	7,65	15,43	11,45	224,05
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	4,5	7,56	26,46	190,8
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,8	0,12	28,79	118,62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	72,63
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,8
Итого за прием пищи:	860	28,35	28,98	116,82	856,8

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ И ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	100	0	6,47	4,25	140,27
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	250	11,28	0,07	21,57	131,49
ПЛОВ С МЯСОМ	220	10,8	19,23	35,99	301,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,8	0,12	28,79	118,62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	72,63
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,8
Итого за прием пищи:	800	27	26,85	114,9	816,01

Дополнительная витаминизация третьих блюд: чай с лимоном

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ СОШ № 8
Е.П. Бондарчук



" УТВЕРЖДАЮ "

ИП Прокопчук А.С.



ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ
МЕНЮ для учащихся 1-4 классов с ОВЗ

Вторник
1 СМЕНА

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,7
СЫРНИКИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	250	13,2	9,14	35,69	275,32
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,58	0,15	16,47	76,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,8
ФРУКТ ЯБЛОКО	100	0,4	0,2	9,9	47
Итого за прием пищи:	590	17,93	18,4	76,86	545

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100	8	8,12	1	37,23
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	180	4,5	8,82	13,35	216,72
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,8	0,12	28,79	118,62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	72,63
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,8
ФРУКТ ЯБЛОКО	100	0,4	0,2	9,9	47
Итого за прием пищи:	610	17,82	18,22	77,34	544

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ОБЕД (2/3)

САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ И ПОМИДОР С РАСТИ	100	0	4,84	4,25	67,41
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	250	11,28	0,07	21,57	131,49
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,8	0,12	28,79	118,62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	72,63
Итого за прием пищи:	560	10,42	3,97	67,33	349,35

2 СМЕНА

ОБЕД 1 ВАРИАНТ

САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ И ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	100	0	4,84	4,25	67,41
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	250	11,28	0,07	21,57	131,49
ПЕЧЕНЬ ПО СТРОГАНОВСКИ	100	7,65	15,43	11,45	224,05
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	4,5	7,56	26,46	190,8
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,8	0,12	28,79	118,62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	72,63
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,8
Итого за прием пищи:	860	28,35	28,98	116,82	856,8

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ И ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	100	0	6,47	4,25	140,27
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	250	11,28	0,07	21,57	131,49
ПЛОВ С МЯСОМ	220	10,8	19,23	35,99	301,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,8	0,12	28,79	118,62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	72,63
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,8
Итого за прием пищи:	800	27	26,85	114,9	816,01

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ПОЛДНИК

БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ ОБСЫПНАЯ	80	5,8	9,92	31,8	239,2
СОК В ТЕТРОПАКЕ	200	0,8	0	23	94
Итого за прием пищи:	280	6,6	9,92	54,8	333,2

Дополнительная витаминизация третьих блюд: чай с лимоном

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ СОШ № 8

Е.П. Бондарчук

" УТВЕРЖДАЮ "

ИП Прокопчук



ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ

МЕНЮ для учащихся 5-11 классов с ОВЗ

Вторник
1 СМЕНА

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

	Масса порц	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, эн ц	ккал
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,7
СЫРНИКИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	250	13,2	9,14	35,69	275,32
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,58	0,15	16,47	76,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,8
ФРУКТ ЯБЛОКО	100	0,4	0,2	9,9	47
Итого за прием пищи:	590	17,93	18,4	76,86	545

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100	8	8,12	1	37,23
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	180	4,5	8,82	13,35	216,72
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,8	0,12	28,79	118,62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	72,63
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,8
ФРУКТ ЯБЛОКО	100	0,4	0,2	9,9	47
Итого за прием пищи:	610	17,82	18,22	77,34	544

ОБЕД (2/3)

САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ И ПОМИДОР С РАСТИТЕЛ	100	0	4,84	4,25	67,41
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	250	11,28	0,07	21,57	131,49
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,8	0,12	28,79	118,62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	72,63
Итого за прием пищи:	560	10,42	3,97	67,33	349,35

2 СМЕНА

ОБЕД 1 ВАРИАНТ

САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ И ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	100	0	4,84	4,25	67,41
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	250	11,28	0,07	21,57	131,49
ПЕЧЕНЬ ПО СТРОГАНОВСКИ	100	7,65	15,43	11,45	224,05
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	4,5	7,56	26,46	190,8
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,8	0,12	28,79	118,62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	72,63
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,8
Итого за прием пищи:	860	28,35	28,98	116,82	856,8

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ И ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	100	0	6,47	4,25	140,27
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	250	11,28	0,07	21,57	131,49
ПЛОВ С МЯСОМ	220	10,8	19,23	35,99	301,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,8	0,12	28,79	118,62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	72,63
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,8
Итого за прием пищи:	800	27	26,85	114,9	816,01

ПОЛДНИК

БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ ОБСЫПНАЯ	80	5,8	9,92	31,8	239,2
СОК В ТЕТРОПАКЕ	200	0,8	0	23	94
Итого за прием пищи:	280	6,6	9,92	54,8	333,2

Дополнительная витаминизация третьих блюд: чай с лимоном