

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ СОШ № 8

Е.П. Бондарчук

" УТВЕРЖДАЮ"

ИП Прокопчук А.С.

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

МЕНЮ для учащихся 1-4 классов

26.12

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
СЫР	15	4,64	5,9	8,85	71,66
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	185	7,8	1,41	26,65	180,5
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,58	0,15	16,47	76,2
ФРУКТ ЯБЛОКО	100	0,4	0,2	9,9	47
Итого за прием пищи:	520	15,47	15,91	67,01	470,04

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,7
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	10,62	6,565	28,84	211,9
ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВА	25	0,9	0,025	2,45	13,75
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	5,6	22,2
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,72	0,1	10,98	50,8
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:	525	15,39	15,8	67,53	472,15

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ОБЕД 1 ВАРИАНТ

САЛАТ ЗДОРОВЬЕ	60	0,55	0	5,59	58,5
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	0,4	16,96	2	220
ПЛОВ	200	18,4	5,57	41,05	217,94
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,89	0,13	31,99	131,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,2	9,76	48,42
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,8
Итого за прием пищи:	700	23,55	23,52	100,05	728,46

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

САЛАТ ЗДОРОВЬЕ	60	0,55	0	5,59	58,5
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	0,4	16,06	2	220
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ ПО ДОМАШНЕМУ	150	12,92	7,1	26	57,6
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	90	5,34	0,65	15,89	132,46
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,89	0,13	31,99	131,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,2	9,76	48,42
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,8
Итого за прием пищи:	740	23,41	24,8	100,89	700,58

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

Дополнительная витаминизация третьих блюд: чай с лимоном

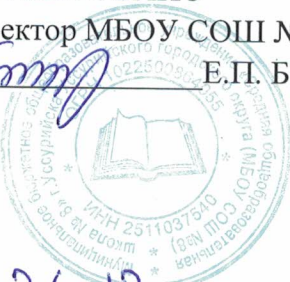
"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ СОШ № 8

Е.П. Бондарчук

" УТВЕРЖДАЮ "

ИП Прокопчук А.С.



ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ
МЕНЮ

для учащихся льготной категории 5-11 классов

26.12

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
СЫР	15	4,64	5,9	8,85	71,66
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	200	8,45	3,8	24,54	198,23
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,3	0,25	27,45	127
ФРУКТ ЯБЛОКО	100	0,4	0,2	9,9	47
Итого за прием пищи:	555	17,84	18,4	75,88	538,57

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,7
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	12,55	8,935	32,22	266
ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	25	0,9	0,025	2,45	13,75
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:	565	18,18	18,22	75,84	549,43

ОБЕД 1 ВАРИАНТ

САЛАТ ЗДОРОВЬЕ	100	0	0	7	23
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	0,4	8,4	18,99	151,21
ПЛОВ	200	21	17,4	30,2	358,4
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:	780	26,32	26,88	109,28	775,66

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

САЛАТ ЗДОРОВЬЕ	100	0,8	1,5	3,68	76,85
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	0,4	8,4	18,99	151,21
ПЮРЕ ИЗ КРУПЫ ГОРОХОВОЙ	180	8,39	2,23	24,74	120,78
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	100	12,51	13,97	13,17	211,87
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	27,02	27,18	113,67	803,76

Дополнительная витаминизация третьих блюд: чай с лимоном

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ СОШ № 8

Е.П. Бондарчук

" УТВЕРЖДАЮ "

ИП Прокопчук А.С.



ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ
МЕНЮ для учащихся 1-4 классов с ОВЗ

Вторник
1 СМЕНА

26.12

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,7
СЫР	15	4,64	5,9	8,85	71,66
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	200	8,45	3,8	24,54	198,23
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,3	0,25	27,45	127
ФРУКТ ЯБЛОКО	100	0,4	0,2	9,9	47
Итого за прием пищи:	555	17,84	18,4	75,88	538,57

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,7
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	12,55	8,935	32,22	266
ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	25	0,9	0,025	2,45	13,75
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:	565	18,18	18,22	75,84	549,43

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ОБЕД (2/3)

САЛАТ ЗДОРОВЬЕ	100	0	0	7	23
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	0,4	8,4	18,99	151,21
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	3,62	8,82	69,42	365,46

2 СМЕНА

ОБЕД 1 ВАРИАНТ

САЛАТ ЗДОРОВЬЕ	100	0	0	7	23
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	0,4	8,4	18,99	151,21
ПЛОВ	200	21	17,4	30,2	358,4
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:	780	26,32	26,88	109,28	775,66

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

САЛАТ ЗДОРОВЬЕ	100	0,8	1,5	3,68	76,85
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	0,4	8,4	18,99	151,21
ПОРЕ ИЗ КРУПЫ ГОРОХОВОЙ	180	8,39	2,23	24,74	120,78
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	100	12,51	13,97	13,17	211,87
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	27,02	27,18	113,67	803,76

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ПОЛДНИК

БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	5,97	10,1	41,7	270,3
СОК В ТЕТРОПАКЕ	200	0,8	0	23	94
Итого за прием пищи:	280	6,77	10,1	64,7	364,3

Дополнительная витаминизация третьих блюд: чай с лимоном

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ СОШ № 8

Е.П. Бондарчук

" УТВЕРЖДАЮ"

ИП Прокопчук



ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

МЕНЮ для учащихся 5-11 классов с ОВЗ

Вторник
1 СМЕНА

26.12

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

	Масса порц	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,7
СЫР	15	4,64	5,9	8,85	71,66
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	200	8,45	3,8	24,54	198,23
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,3	0,25	27,45	127
ФРУКТ ЯБЛОКО	100	0,4	0,2	9,9	47
Итого за прием пищи:	555	17,84	18,4	75,88	538,57

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,7
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	12,55	8,935	32,22	266
ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	25	0,9	0,025	2,45	13,75
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:	565	18,18	18,22	75,84	549,43

ОБЕД (2/3)

САЛАТ ЗДОРОВЬЕ	100	0	0	7	23
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	0,4	8,4	18,99	151,21
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	3,62	8,82	69,42	365,46

2 СМЕНА

ОБЕД 1 ВАРИАНТ

САЛАТ ЗДОРОВЬЕ	100	0	0	7	23
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	0,4	8,4	18,99	151,21
ПЛОВ	200	21	17,4	30,2	358,4
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:	780	26,32	26,88	109,28	775,66

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

САЛАТ ЗДОРОВЬЕ	100	0,8	1,5	3,68	76,85
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	0,4	8,4	18,99	151,21
ПЮРЕ ИЗ КРУПЫ ГОРОХОВОЙ	180	8,39	2,23	24,74	120,78
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	100	12,51	13,97	13,17	211,87
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	27,02	27,18	113,67	803,76

ПОЛДНИК

БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	5,97	10,1	41,7	270,3
СОК В ТЕТРОПАКЕ	200	0,8	0	23	94
Итого за прием пищи:	280	6,77	10,1	64,7	364,3

Дополнительная витаминизация третьих блюд: чай с лимоном