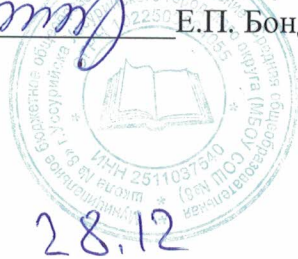


"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ СОШ № 8

Е.П. Бондарчук



28.12

Четверг

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

	Масса пор	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	эн ц ккал
ПЕЛЬМЕНИ ДОМАШНИЕ С МАСЛОМ	180	12,5	15,1	36,89	326,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	5,6	22,2
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:	510	15,36	15,83	66,98	470,02

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,7
СЫР	15	4,64	5,9	8,85	71,66
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	7,6	1,37	25,97	175,76
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
ФРУКТ ЯБЛОКО	100	0,4	0,2	9,9	47
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,58	0,15	16,47	76,2
Итого за прием пищи:	515	15,27	15,87	66,33	465,3

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ОБЕД 1 ВАРИАНТ

САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	60	0	2	23	180,5
РАССОЛЬНИК ПО ЛЕНИНГРАДСКИ	200	0,83	2,45	9,99	155,93
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	90	6	11	22,98	251,67
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ ПО ДОМАШНЕМУ	150	12,92	7,1	26	57,6
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
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	22,21	23,08	101,6	740

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	60	0	2	23	180,5
РАССОЛЬНИК ПО ЛЕНИНГРАДСКИ	200	0,83	2,45	9,99	155,93
КАША РИСОВАЯ С МЯСОМ	180	19,47	18,75	48,01	274,19
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
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	22,76	23,73	100,63	704,92

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

Дополнительная витаминизация третьих блюд: чай с лимоном

" УТВЕРЖДАЮ"

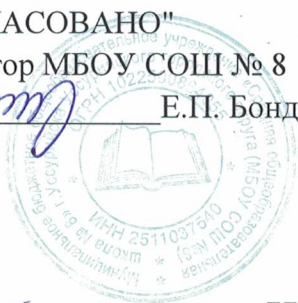
ИП Прокопчук А.С.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ СОШ № 8

Е.П. Бондарчук



" УТВЕРЖДАЮ "

ИП Прокопчук А.С.



ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ  
МЕНЮ

28.12

для учащихся льготной категории 5-11 классов

Четверг

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ	Масса пор	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, эн	ц ккал
ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	220	13,64	17,06	36,6	358,02
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
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:	550	18,16	18,22	75,84	549,43
ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ					
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,7
СЫР	15	4,64	5,9	8,85	71,66
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8,45	3,8	24,54	198,23
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
ФРУКТ ЯБЛОКО	100	0,4	0,2	9,9	47
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,3	0,25	27,45	127
Итого за прием пищи:	555	17,84	18,4	75,88	538,57

ОБЕД 1 ВАРИАНТ					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1	3,3	4	50,67
РАССОЛЬНИК ПО ЛЕНИНГРАДСКИ	250	1,78	3,36	11,87	112,46
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	100	12,01	16,6	17,72	337,15
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	180	8,39	2,23	57,72	212,11
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
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	27,3	26,45	120,645	856,8

ОБЕД 2 ВАРИАНТ					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1	3,3	4	50,67
РАССОЛЬНИК ПО ЛЕНИНГРАДСКИ	250	1,78	3,36	11,87	112,46
КАША РИСОВАЯ С МЯСОМ	200	20,22	19,98	69,8	510,7
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
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	27,12	27,6	115,01	818,24

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

Четверг  
I СМЕНА

28.12

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн ц ккал
ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	220	13,64	17,06	36,6	358,02
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
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:	550	18,16	18,22	75,84	549,43

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

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

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ОБЕД (2/3)

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1	3,3	4	50,67
РАССОЛЬНИК ПО ЛЕНИНГРАДСКИ	250	1,78	3,36	11,87	112,46
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	72,63
Итого за прием пищи:	560	4,8	10,76	34,55	352,47

2 СМЕНА

ОБЕД 1 ВАРИАНТ

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1	3,3	4	50,67
РАССОЛЬНИК ПО ЛЕНИНГРАДСКИ	250	1,78	3,36	11,87	112,46
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	100	12,01	16,6	17,72	337,15
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	180	8,39	2,23	57,72	212,11
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
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	27,3	26,45	120,645	856,8

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1	3,3	4	50,67
РАССОЛЬНИК ПО ЛЕНИНГРАДСКИ	250	1,78	3,36	11,87	112,46
КАША РИСОВАЯ С МЯСОМ	200	20,22	19,98	69,8	510,7
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
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	27,12	27,6	115,01	818,24

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ПОЛДНИК

ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	80	4,8	2,6	21,7	141,9
СОК В ТЕТРОПАКЕ	200	0,8	0	23	94
Итого за прием пищи:	280	5,6	2,6	44,7	235,9

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

Четверг

1 СМЕНА

28.12

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ	Масса порц	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,	эн ц ккал
ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	220	13,64	17,06	36,6	358,02
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
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:	550	18,16	18,22	75,84	549,43

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

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

ОБЕД (2/3)

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1	3,3	4	50,67
РАССОЛЬНИК ПО ЛЕНИНГРАДСКИ	250	1,78	3,36	11,87	112,46
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	0,3	14,64	72,63
Итого за прием пищи:	560	4,8	10,76	34,55	352,47

2 СМЕНА

ОБЕД 1 ВАРИАНТ

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1	3,3	4	50,67
РАССОЛЬНИК ПО ЛЕНИНГРАДСКИ	250	1,78	3,36	11,87	112,46
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	100	12,01	16,6	17,72	337,15
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	180	8,39	2,23	57,72	212,11
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
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	27,3	26,45	120,645	856,8

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1	3,3	4	50,67
РАССОЛЬНИК ПО ЛЕНИНГРАДСКИ	250	1,78	3,36	11,87	112,46
КАША РИСОВАЯ С МЯСОМ	200	20,22	19,98	69,8	510,7
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
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	27,12	27,6	115,01	818,24

ПОЛДНИК

ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	80	4,8	2,6	21,7	141,9
СОК В ТЕТРОПАКЕ	200	0,8	0	23	94
Итого за прием пищи:	280	5,6	2,6	44,7	235,9

Дополнительная витаминизация третьих блюд: чай с лимоном