

Утверждено
Врио Директора школы № 10 СОШ с. Пензенское
Синчихина.



Меню
на 04 Сентября 2024г.

1-4 кла ОВЗ

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимос ть блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша кукурузная молочная с маслом	140/10	22,48	4,02	6,6	53,6	235,7
2	Батон, сыр	40/10	12,76	2,34	5,6	16,92	132
3	Чай с сахаром и лимоном	200	5,13	0,1	0	15,2	61
	Итого за завтрак	400	40,37	6,46	12,2	85,72	428,7
	Обед						
1	Щи из свежей капусты и картофеля	200	43,32	1,4	3,91	6,79	167,8
2	Гречка отварная с маслом	140/10	18,18	6,23	5,22	21,74	223
3	Котлета мясная	80	35,33	5,36	2,5	9,18	143
4	Салат из отварной свеклы	60	10,64	0,85	4,65	8,36	56
5	Кисель концентрированный	200	7,52	0	0	10,3	50
6	Хлеб пшеничный	30	2,58	3,56	0,48	19,52	141
7	Хлеб ржаной	30	2,58	2,3	0,6	14,54	87
	Итого за обед	750	120,15	19,7	17,36	90,43	867,8
	Итого:		160,52				

Повар:

Иванова

Н.В.Иванова

Утверждено
Врио директора школы МБОУ СОШ с. Пензенское
Т.А. Савиныхина.



Меню
на 04 Сентября 2024г.

5-11 кл/ОБЗ

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Стоимость блюда	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углево ды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша кукурузная молочная с маслом	190/10	27,1	5,63	8,8	72,4	136,41
2	Батон, сыр	50/10	15,43	2,34	5,6	16,92	132
3	Чай с сахаром и лимоном	200	6,03	0,1	0	15,2	61
	0						
	Итого за завтрак	460	48,56	8,07	14,4	104,52	329,41
	Обед						
1	Щи из свежей капусты и картофеля	250	50,23	1,75	4,89	8,49	252,8
2	Гречка отварная с маслом	170/10	19,34	4,41	6,96	46,32	132,3
3	Котлеты мясная	100	45,56	6,2	5,37	15,22	167
4	Салат из отварной свеклы	100	11,47	1,42	6,09	10,2	93,9
5	Кисель концентрированный	200	9,72	0	0	15,3	49,6
6	Хлеб пшеничный	50	4,96	3,56	0,48	19,52	141
7	Хлеб ржаной	50	4,96	2,3	0,6	14,54	87
	Итого за обед	930	146,24	19,64	24,39	129,59	923,6
	Итого:		194,8				

Повар: *Иванова* Н.З.Иванова

Министерство образования Томской области
Томское государственное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 10 г. Томска»
ОГРН 1025501000069
И.О. Подпись: _____
М.П. _____
МБОУ СОШ № 10
г. Томск
ИНСКОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
15.10.2520
Средняя общеобразовательная школа № 10
г. Томск
ИНСКОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
15.10.2520

1-4 класс

1-4 класс							
№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Стоимос ть блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры . г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Гречка отварная с маслом	140/10	18,18	6,23	5,22	21,74	223
2	Котлета мясная	80	35,33	5,36	2,5	9,18	143
3	Салат из отварной свеклы	60	10,64	0,85	4,65	8,36	56
4	Кисель концентрированный	200	7,52	0	0	10,3	50
5	Хлеб пшеничный	30	2,58	3,56	0,48	19,52	141
6	Хлеб ржаной	30	2,58	2,3	0,6	14,54	87
	Итого за завтрак	550	76,83	18,3	13,45	83,64	700

Лкано

Н.В. Иванова



на 04 Сентября 2024г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Стоимость блюда	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углево- ды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Гречка отварная с маслом	170/10	19,34	4,41	6,96	46,32	132,3
2	Котлета мясная	100	45,56	6,2	5,37	15,22	167
3	Салат из отварной свеклы	100	11,47	1,42	6,09	10,2	93,9
4	Кисель концентрированный	200	9,72	0	0	15,3	49,6
5	Хлеб пшеничный	50	4,96	3,56	0,48	19,52	141
6	Хлеб рисовый	50	4,96	2,3	0,6	14,54	87
	Итого за завтрак	680	96,01	17,89	19,5	121,1	670,8

Повар:

Лкаро

Н.В.Иванова