

Утверждаю
 Врио директора школы МБОУ СОШ с. Пензенское
 Г.А. Синчихина.



**Меню
 на 26 Сентября 2024г.**

5-11 класс + Род. Плата

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимост ь блюда	Химический состав			Энергетич еская ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углево ды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Рис отварной	180	18,08	4,76	7,85	2,35	224
2	Рыба тушеная с овощами в том.	100	67,01	14,35	5,03	6,02	146
3	Салат из свежих овощей	100	35,03	0,9	5,1	3,6	64
4	Компот из свежих фруктов и ягод	200	19,48	0,5	0,2	23,1	96
5	Хлеб пшеничный	50	4,96	3,56	0,48	19,52	141
6	Хлеб ржаной	50	4,96	2,3	0,6	14,54	87
	Итого за завтрак	680	149,52	26,37	19,26	69,13	758

Повар:  Н.В.Иванова

Утверждаю:
Врио директора школы МБОУ СОШ с. Пензенское
Т.А. Синчихина.
М.П.



**Меню
на 26 Сентября 2024г.**

1-4 класс

№ 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	Рис отварной	150	17,06	2,38	5,26	4,24	162
2	Рыба тушеная с овощами в том.	80	46,4	9,48	6,02	9,63	103
3	Салат из свежих овощей	60	29,6	0,54	3,06	2,16	
4	Компот из свежих фруктов и ягод	200	17,37	0,5	0,2	23,1	96
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	115,59	18,76	15,62	73,19	589

Повар:

Н.В.Иванова

Н.В.Иванова

Утверждаю
Врио директора школы МБОУ СОШ с. Пензенское
Т.А. Синчихина.



**Меню
на 26 Сентября 2024г.**

5-11 к/ ОБЗ

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимость блюда	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углеводы. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша манная молочная с маслом	190/10	26,84	4,36	3,81	45,92	236,1
2	Батон масло	50/10	16,9	7,8	8,9	18,5	164,9
3	Чай с сахаром и лимоном	200	6,03	0,1	0	15,2	61
	0						
	Итого за завтрак	460	49,77	12,26	12,71	79,62	462
	Обед						
1	Суп с клецками	250	44,27	4,16	5,68	15,27	119
2	Рис отварной	180	18,08	4,76	7,85	2,35	224
3	Рыба тушеная с овощами в том. соусе	100	67,01	14,35	5,03	6,02	146
4	Салат из свежих овощей	100	35,03	0,9	5,1	3,6	64
5	Компот из свежих фруктов и ягод	200	19,48	0,5	0,2	23,1	96
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	193,79	30,53	24,94	84,4	877
	Итого:		243,56				

Повар: *Иванова* Н.В.Иванова

Утверждаю:
Врио директора школы МБОУ СОШ с. Пензенское
Е.А. Синчихина.



**Меню
на 26 Сентября 2024г.**

1-4 кла ОБЗ

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимость блюда	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углевод. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша манная молочная с маслом	140/10	21,29	2,4	4,9	16,8	117,18
2	Батон масло	40/10	14,23	7,8	8,9	18,5	164,9
3	Чай с сахаром и лимоном	200	5,13	0,1	0	15,2	61
	Итого за завтрак	400	40,65	10,3	13,8	50,5	343,08
	Обед						
1	Суп с клецками	200	38,07	3,12	4,26	11,45	89
2	Рис отварной	150	17,06	2,38	5,26	4,24	162
3	Рыба тушеная с овощами в том. соусе	80	46,4	9,48	6,02	9,63	103
4	Салат из свежих овощей	60	29,6	0,54	3,06	2,16	
5	Компот из свежих фруктов и ягод	200	17,37	0,5	0,2	23,1	96
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	153,66	21,88	19,88	84,64	678
	Итого:		194,31				

Повар: *Н.В.Иванова*

Н.В.Иванова