

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ № 9
 имени И.Ф.Лубянецкого
 ст.Новошербиновская
 Лобас С.Н.
 « 26 » сентября 2023 год

Ежедневное меню

для обучающихся 1-4 классов на « 26 » сентября 2023 год

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена, рублей
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК							
1	Салат из свежей капусты с морковью	60	0,85	2,5	5,2	36,7	2,18
2	Тефтели из говядины в соусе	90/30	7,56	7,5	10,26	155	41,68
3	Каша вязкая (гречневая)	150	4,57	6,18	59,76	145,5	6,52
4	Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,03	2,03
5	Хлеб пшеничный	25	1,69	0,21	12,54	58,81	2,80
6	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	2,51
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	12,24	57,6	6,36
Итого на завтрак:			17,52	17,33	134,96	607,64	64,08
ОБЕД ОВЗ							
1	Овощи свежие (огурцы)	60	2,16	6,07	2,08	7,20	3,00
2	Борщ с капустой и картофелем	200	1,62	4,02	10,8	93,6	7,41
3	Птица тушеные в соусе	90/30	10,6	9,11	2,64	194,4	25,78
4	Макаронные изделия отварные с маслом	150	32,47	5,48	20,61	196	6,59
5	Напиток из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	1,81
6	Хлеб пшеничный	60	4,05	0,51	30,9	141,15	4,20
7	Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,03	3,40
Итого на обед:			59,40	32,12	128,20	973,18	52,19

Повар



Верещака В.И.



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ № 9
 имени И.Ф.Лубянецкого
 ст.Новошербиновская
 Лобас С.Н.
 « 26 » сентября 2023 год



Ежедневное меню

для обучающихся 5-11 классов на « 26 » сентября 2023 год

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена, рублей
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК							
1	Салат из свежей капусты с морко- вью	100	1,4	4,2	8,7	60,2	3,67
2	Тефтели из говядины в соусе	90/30	7,56	7,5	10,26	155	41,68
3	Каша вязкая (гречневая)	180	8,95	6,73	43	174,6	7,16
4	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	2,51
5	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,34	20,6	94,1	2,80
6	Хлеб ржаной	35	1,96	0,38	17,29	80,5	2,98
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	12,24	57,6	6,36
Итого на завтрак:			21,78	15,45	118,59	684	67,16
ОБЕД ОВЗ							
1	Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	10	4,59
2	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,9	10,9	103,75	9,31
3	Птица тушеные в соусе	90/30	10,6	9,11	2,64	194,4	25,78
4	Макаронные изделия отварные с маслом	180	40,5	6,68	25,6	235	8,03
5	Напиток из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	1,81
6	Хлеб пшеничный	60	4,05	0,51	30,9	141,05	4,20
7	Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,03	3,40
Итого на обед:			9,45	6,04	95,47	929,03	57,12

Повар

Верещака В.И.