

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ № 9  
 имени И.Ф.Лубянецкого  
 ст.Новошербиновская  
 Лобас С.Н.



«10» октября 2023 год

**Ежедневное меню**

для обучающихся 1-4 классов на « 10 » октября 2023 год

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена, рублей
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>							
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
<b>Итого на завтрак:</b>			<b>17,52</b>	<b>17,33</b>	<b>134,96</b>	<b>607,64</b>	<b>64,08</b>
<b>ОБЕД ОВЗ</b>							
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
<b>Итого на обед:</b>			<b>59,40</b>	<b>32,12</b>	<b>128,20</b>	<b>973,18</b>	<b>52,19</b>

Повар

Верещака В.И.



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



**Ежедневное меню**

для обучающихся 5-11 классов на « 10 » октября 2023 год

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена, рублей
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>							
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
<b>Итого на завтрак:</b>			<b>21,78</b>	<b>15,45</b>	<b>118,59</b>	<b>684</b>	<b>67,16</b>
<b>ОБЕД ОВЗ</b>							
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
<b>Итого на обед:</b>			<b>9,45</b>	<b>6,04</b>	<b>95,47</b>	<b>929,03</b>	<b>57,12</b>

Повар



Верещака В.И.