



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с.Акшут  
МО «Барышский район»  
М. В. Челбаева

## МЕНЮ

Дата 01.11.2024

№	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			"Энергетическая ценность (ккал)"
				Б	Ж	У	
1	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							
1	Фрукт порционно / Апельсин	15,24	120-150	0.90	0.2	8.10	40.00
2	Омлет натуральный с маслом сливочным	25,62	200	15.5	11.1	3.9	187.1
3	Чай черный с сахаром	2,29	200	0.2	0.05	15.01	58
4	Хлеб пшеничный	2,42	80	6.08	0.64	39.36	177.60
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>45,57</b>		<b>22.7</b>	<b>12</b>	<b>66</b>	<b>462.2</b>
<b>Завтрак 5 – 11 кл (бесплатное питание)</b>							
1	Котлета куриная запеченная с овощами	27,44	100	18.38	17.81	45.46	379.32
2	Капуста тушеная белокочанная	23,08	180	4,96	7,46	14,50	121,00
3	Сок фруктовый	8,72	200	0	0,3	22,2	86,4
4	Хлеб ржано-пшеничный	2,74	70	1,84	0,33	23,9	126,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>61,98</b>		<b>25,18</b>	<b>25,9</b>	<b>106,06</b>	<b>713,42</b>
<b>Обед 1-4 кл</b>							
1	Винегрет овощной заправленный растительным маслом	10,43	60	0.95	3.10	5.17	52.68
2	Суп картофельный с клецками на бульоне	24,66	200	5.1	4.16	19.1	156.30
3	Котлета куриная запеченная с овощами	29,20	90	16.55	16.03	40.92	341.39
4	Капуста тушеная белокочанная	21,74	150	4,14	6,22	12,10	100,90
5	Сок фруктовый	8,72	200	0	0,3	22,2	86,4
6	Хлеб ржано-пшеничный	1,96	70	1,85	0,36	23,9	126,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>96,71</b>		<b>28,79</b>	<b>30,13</b>	<b>123,43</b>	<b>864,36</b>
<b>Обед 5-11 кл</b>							
1	Винегрет овощной заправленный растительным маслом	17,38	100	1.58	5.17	8.61	87.80
2	Суп картофельный с клецками на бульоне	25,12	250	6.30	5.20	23.87	170.4
3	Котлета куриная запеченная с овощами	27,44	100	18.38	17.81	45.46	379.32
4	Капуста тушеная белокочанная	23,08	180	4,96	7,46	14,50	121,00
5	Сок фруктовый	8,72	200	0	0,3	22,2	86,4
6	Хлеб ржано-пшеничный	2,74	70	1,84	0,33	23,9	126,7
7	Хлеб пшеничный	2,02	50	3,80	0,40	24,3	117,5
<b>Итого за Обед</b>		<b>106,50</b>		<b>37,1</b>	<b>36,6</b>	<b>162,8</b>	<b>1089,1</b>

Повар