



**Меню на 04.10.2023**  
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	Пищевые вещества			энергетическая	
					белки	жиры	углеводы		
завтрак	пром.производ.	14	Масло сливочное крестьянское(порциями)	10	9,39	0,1	7,25	0,14	66,2
	закуска	71	Овощи натуральные (помидор)	60	5,86	0,66	0,1	2,28	14,4
	гор.блюдо	210	Омлет натуральный	111	40,95	11,1	15	2,81	190
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,29	3,21	1,4	13,1	82,2
	гор.напиток	382	Какао с молоком	215	15,19	3,4	2,7	21,6	125
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	8,32	0,52	0,52	11,4	61,1
	<b>Итого за завтрак</b>			<b>556</b>	<b>82,00</b>	<b>18,99</b>	<b>26,97</b>	<b>51,33</b>	<b>538,9</b>
Обед	закуска	71	Овощи натуральные (огурец)	60	6,43	0,7	0,1	1,14	6,6
	1блюдо	82	Борщ с картофелем и капустой	250	8,10	1,69	4,91	14,8	110
	2блюдо	289	Котлета из птицы с соусом 70/30	100	35,21	14,4	20	14,3	299
	гарнир	309	Макароны отварные	150	9,33	5,54	4,34	34,2	198
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,29	3,21	1,4	13,1	82,2
	хлеб ржаной		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,66	1,12	0,22	9,88	46,4
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	8,32	0,52	0,52	11,4	61,1
	3блюдо	342	Компот из свежих яблок	200	10,66	0,12	0,1	33	106
<b>Итого за обед</b>			<b>940</b>	<b>82,00</b>	<b>27,3</b>	<b>31,59</b>	<b>131,82</b>	<b>909,3</b>	

Зав.производства(Буфетчик) \_\_\_\_\_ Литвиненко Т.В.

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_



Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №1  
 им. М.Ю. Лермонтова



**Меню на 04.10.2023**  
 для учащихся льготных категорий и ОВЗ

прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	Пищевые вещества			энергетическая	
					белки	жиры	углеводы		
завтрак	пром. производ.	14	Масло сливочное крестьянское(порциями)	10	9,39	0,1	7,25	0,14	66,2
	гор.блюдо	210	Омлет натуральный	111	40,95	11,1	15	2,81	190
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,29	3,21	1,4	13,1	82,2
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	6,19	0,57	0,57	12,37	66,27
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,18	0,38	0	13,7	56,5
<b>Итого за завтрак</b>			<b>496</b>	<b>61,00</b>	<b>15,36</b>	<b>24,22</b>	<b>42,12</b>	<b>461,17</b>	
Обед		82	Борщ с картофелем и капустой	250	8,10	1,69	4,91	14,8	110
	1блюдо	289	Котлета из птицы с соусом	100	35,21	14,4	20	14,3	299
	2блюдо	309	Макароны отварные	150	9,33	5,54	4,34	34,2	198
	гарнир		Хлеб пшеничный	28	2,1	3,21	1,4	13,1	82,2
	хлеб белый		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,66	1,12	0,22	9,88	46,4
	хлеб ржаной	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,6	0,44	0	13,9	57,5
<b>Итого за обед</b>			<b>770</b>	<b>61,00</b>	<b>26,4</b>	<b>30,87</b>	<b>100,18</b>	<b>793,1</b>	

Зав.производства \_\_\_\_\_

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_