

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
 средняя общеобразовательная школа №8 г.Холмска
 муниципального образования
 «Холмский городской округ» Сахалинской области
 Сахалинская область г.Холмск, ул.Адмирала Макарова
 тел.,факс. (42433)7-01-30



Утверждаю

Е.С.Рекина

Меню

рационального питания детей

(завтраки)19.10.2022г.

Завтрак	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая	Энергетическая
Категории: 1-4кл.	каша кукурузная	150/10	34,00	169	312
	яйцо вареное	40/1	9,80	69	63
	чай с молоком	200/1	11,5	103	16
	батон с сыром	50/30	27,00	235	17
	Итого:				67
			82,30	576	475
Завтрак	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая в ценности	Энергетическая ценность
Категории: 1-4 кл. Овз	каша кукурузная	150/10	34,00	169	312
	яйцо вареное	40/1	9,80	69	63
	чай с молоком	200/1	11,5	103	16
	батон с сыром	50/30	27,00	235	16
	Итого:				
Категории: 5-11 кл. Овз	каша кукурузная	180/10	39,00	181	Энергетическая
	яйцо вареное	40/1	9,80	69	312
	чай с молоком	200/1	11,5	103	75
	батон с сыром	50/40	32,00	264	16
	Итого:				16
			82,30	576	17
завтрак					475
Категории : 5-11 кл. льготное питание	огурец свежий свежий	40\1	6,00	136	
	котлета рыбная	100\1	77,00	211	Энергетическая
	рис отварной	180\1	24,00	252	
	компот из кураги	200\1	13,00	115	63
	Хлеб пшеничный	40\1	2,71	69	322
	Хлеб ржаной	20\1	1,35	42	90
	Итого:			124,06	825
Всего :					69
Категории : 1-4кл. ОВЗ	огурец свежий свежий	40\1	6,00	136	802
	суп с мак. изд.	200\1	28,00	221	Энергетическая
	котлета рыбная	100\1	77,00	211	63
	рис отварной	150\1	19,00	247	185
	компот из кураги	200\1	13,00	115	322
	Хлеб пшеничный	40\1	2,71	69	42
	Хлеб ржаной	20\1	1,35	42	90
Итого:			147,06	1041	946
обед					69
Категории : 5-11 кл.ОВЗ	огурец свежий свежий	40\1	6,00	136	Энергетическая
	суп с мак.изд.	250\1	37,00	246	63
	котлета рыбная	100\1	77,00	211	185
	рис отварной	180\1	24,00	252	322
	компот из кураги	200\1	13,00	115	42
	Хлеб пшеничный	40\1	2,71	69	90
	Хлеб ржаной	20\1	1,35	42	946
Итого:			161,06	1071	69
Всего :			206,36	1401	