

Утверждаю
Директор
М.П.



Утверждаю
Директор мой сош

М.П.

МЕНЮ
по бесплатному горячему питанию обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций
" " 2025г.

День/ неделя № рецеп	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Стоимость
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe	
ПЕ,ДЕ,ЛЯ 2															
Вторник 2															
Горячее питание															
54-2г	Макароны отварные с маслом	150	4.80	13.30	26.60	246.90	0.03	0.00	63.74	0.04	9.30	76.00	24.00	0.51	17.67
54-25м	Курица тушеная с морковью	75	10.57	4.35	3.30	94.80	0.02	0.65	143.00	0.03	11.50	56.00	27.50	0.50	92.10
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.30	0.00	6.70	27.90	0.00	1.16	0.38	0.01	6.90	8.50	4.60	0.77	9.58
пром	Хлеб пшеничный	40	3.06	0.33	19.70	93.73	0.16	0.08	0	0.12	50	51.6	16.4	1.44	3.01
пром	Хлеб ржаной	35	2.30	0.47	11.70	59.73	0.18	0.14	0.00	0.12	25.55	65.63	14.00	0.99	2.64
	Итого за завтрак	545	21.03	18.45	68.00	523.06	0.39	2.03	207.12	0.32	103.25	257.73	86.50	4.21	125.00
Горячее питание															
94	Салат "Мозайка"	60	1.91	4.00	6.09	68.24	0.06	6.90	18.75	0.00	13.55	43.88	15.25	0.60	13.21
54-11г	Картофельное пюре	150	3.20	3.99	22.38	138.23	0.12	10.20	23.80	0.11	39.00	84.00	28.00	1.03	36.35
250	Печень говяжья по-строгановски	80	12.40	12.70	11.60	210.30	0.17	9.93	3781.00	1.33	31.00	221.00	14.00	4.59	62.47
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.30	0.00	6.70	27.90	0.00	1.16	0.38	0.01	6.90	8.50	4.60	0.77	9.58
пром	Хлеб пшеничный	25	1.92	0.20	12.30	58.60	0.1	0.05	0	0.075	31.25	32.25	10.25	0.9	1.88
пром	Хлеб ржаной	20	1.30	0.27	6.70	34.13	0.08	0.08	0	0.07	14.6	25	8	0.56	1.51
	Итого за обед	475	19.12	17.16	59.68	469.16	0.47	21.42	3805.18	1.60	122.75	370.75	64.85	7.85	125.00
	Всего за день	1020	40.15	35.61	127.68	992.22	0.86	23.45	4012.30	1.91	226.00	628.48	151.35	12.06	

Овощи свежие ** - допускается использование иных овощей
Фрукт*** - допускается выдача иных фруктов.