

Утверждаю  
 Директор  
 М.П.



Утверждаю  
 Директор moy.soy

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	Ca	P	Mg	Fe	
<b>ПЕДЕЛЯ 2</b>															
<b>Среда-2</b>															
<b>Горячее питание</b>															
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	1.75	4.40	0.00	46.60	0.01	0.11	39	0.05	132	75	5.3	0.15	23.14
54-20к	Каша молочная гречневая или манная или рисовая	200	7.10	5.80	26.60	187.3	0.15	0.50	23.90	0.18	112.00	175.00	78.00	2.35	46.95
54-4гн	Чай с молоком	200	1.60	1.10	8.70	51.10	0.01	0.3	6.9	0.07	57	46	9.9	0.77	9.58
пром	Фрукт (яблоко)***	100	0.42	0.42	9.80	44.66	0.03	10.00	5.00	0.02	16.00	11.00	9.00	2.20	40.81
пром	Хлеб пшеничный	35	2.68	0.29	17.20	58.60	0.14	0.07	0	0.11	43.75	45.16	14.35	1.26	2.64
пром	Хлеб ржаной	25	1.70	0.30	8.40	42.70	0.1	0.1	0	0.08	18.25	31.25	10	0.7	1.88
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>575</b>	<b>15,25</b>	<b>12,31</b>	<b>70,70</b>	<b>479,64</b>	<b>0,44</b>	<b>11,08</b>	<b>113,80</b>	<b>0,51</b>	<b>379,00</b>	<b>383,41</b>	<b>126,55</b>	<b>7,43</b>	<b>125,00</b>
<b>Горячее питание</b>															
54-17з	Салат из моркови с яблоком	60	0.80	2.00	4.10	37.60	0.03	2.70	902.00	0.04	24.00	37.00	32.00	0.77	12.32
54-6г	Рис отварной со слив маслом	150	3.70	4.80	36.50	203.50	0.03	0.00	18.74	0.03	6.90	73.00	24.00	0.49	36.42
19п/ф пром	Фрикадельки из говядины	75	10.22	9.09	6.06	146.93	0.03	0.00	6.08	0.07	14.06	95.60	12.20	1.38	46.97
54-3 соус	Соус красный основной	35	1.65	1.20	4.45	35.40	0.01	1.34	64.00	0.00	4.60	12.00	6.00	0.26	9.18
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0.50	0.00	19.80	81.00	0.00	0.02	15.00	0.00	50.00	4.30	2.10	0.09	15.59
пром	Хлеб пшеничный	35	2.68	0.29	17.20	58.60	0.14	0.07	0	0.11	43.75	45.16	14.35	1.26	2.64
пром	Хлеб ржаной	25	1.70	0.30	8.40	42.70	0.1	0.1	0	0.08	18.25	31.25	10	0.7	1.88
	<b>Итого за обед</b>	<b>580</b>	<b>21,25</b>	<b>17,68</b>	<b>96,51</b>	<b>605,73</b>	<b>0,34</b>	<b>4,23</b>	<b>1005,82</b>	<b>0,33</b>	<b>161,56</b>	<b>298,31</b>	<b>100,65</b>	<b>4,95</b>	<b>125,00</b>
	<b>Всего за День</b>	<b>1155</b>	<b>36,50</b>	<b>29,99</b>	<b>167,21</b>	<b>1085,37</b>	<b>0,78</b>	<b>15,31</b>	<b>1119,62</b>	<b>0,84</b>	<b>540,56</b>	<b>681,72</b>	<b>227,20</b>	<b>12,38</b>	

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