

Утверждаю
Директор "СИТИ-ПРО"
М.П. _____



Утверждаю
Директор moy 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	
ПЕДЕЛЯ I															
Четверг - I															
Горячее питание															
54-1з	Сыр	15	1.75	4.40	0.00	46.60	0.01	0.11	39	0.05	132	75	53	0.15	23.14
54-16к	Каша "Дружба" с маслом	200	5.00	5.80	27.10	180.60	0.07	0.53	27.2	0.12	116	124	27	0.53	39.68
54-21гн	Какао с молоком	200	4.60	3.60	12.60	100.40	0.04	0.68	17.3	0.17	143	130	34	1.09	17.23
пром	Фрукт (яблоко)***	80	0.64	0.16	6.00	30.40	0.048	30.4	8	0.024	28	13.6	8.8	0.08	40.81
пром	Хлеб пшеничный	30	2.30	0.25	14.75	70.30	0.12	0.06	0	0.09	37.5	38.7	12.3	1.08	2.26
пром	Хлеб ржаной	25	1.7	0.3	8.4	42.7	0.1	0.1	0	0.084	18.25	31.25	10	0.7	1.88
	Итого за завтрак	535	14.24	10.11	68.85	424.40	0.378	31.77	52.5	0.488	342.75	337.55	92.1	3.48	125.00
Горячее питание															
67	Винегрет овощной	60	0.76	4.11	4.01	56.07	0.01	2.26	72.9	0.01	12	21	9.7	0.4	12.86
54-6г	Рис отварной с маслом	150	3.70	4.80	36.50	203.50	0.03	0	18.4	0.03	6.9	73	24	0.49	36.42
13п/ф пром	Биточек из курицы	75	11.13	8.20	10.10	158.72	0.05	0.47	4.72	0.06	22	108	48	1.03	59.98
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0.1	15.7	67.7	0.01	0.32	70	0.03	28	25	18	0.58	11.22
пром	Хлеб пшеничный	30	2.30	0.25	14.75	70.30	0.12	0.06	0	0.09	37.5	38.7	12.3	1.08	2.26
пром	Хлеб ржаной	30	2.30	0.40	10.00	51.20	0.12	0.12	0	0.1	21.9	37.5	12	0.84	2.26
	Итого за обед	545	21.19	17.86	91.06	607.49	0.34	3.23	166.02	0.32	128.3	303.2	124	4.42	125.00
	Всего за день	1080	35.43	27.97	159.91	1031.89	0.718	35	218.52	0.808	471.05	640.75	216.1	7.9	

Овощи свежие** допускается использование любых овощей.

Фрукт*** - допускается выдача любых фруктов.