

Утверждаю
 Директор
 М.П.



Утверждаю
 Директор moy.com

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	
ПЕДЕ. VI I															
Пятница-I															
Горячее питание															
54-1п	Картофельное пюре	150	3.20	5.20	19.80	139.40	0.12	10.20	23.80	0.11	39.00	84.00	28.00	1.03	36.35
14п/ф пром	Тефтели из говядины	50	6.83	5.90	4.20	97.22	0.03	0.66	4.05	0.042	9.2	70	70	1	55.36
54-4п	Чай с молоком и сахаром	200	1.60	1.10	8.70	50.90	0.01	0.3	6.9	0.07	57	46	9.9	0.77	13.52
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	2.51
пром	Кондитерское изделие	20	0.52	3.9	13.1	89.58	0.016	0	0	0.016	4	13.8	2.6	0.2	15.00
	Итого за завтрак	515	12.43	7.55	36.05	261.12	0.26	1.12	10.95	0.286	121.95	185.95	102.2	3.55	125.00
Горячее питание															
23 пром	Икра кабачковая	60	0.80	3.20	10.00	72.00	0.01	7.42	10.1	0.02	18	18	10	0.46	16.70
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.30	6.30	36.00	233.90	0.21	0	19.2	0.12	15	181	120	4.04	18.26
54-1м	Бефстроганов из отварной курицы	60	8.05	7.10	7.00	124.10	0.02	0.27	64.3	0.075	18	90.75	12	1.22	63.97
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
54-13хн	Напиток из шиповника	200	0.60	0.20	15.20	65.30	0.01	80.00	98.00	0.05	11.00	3.00	3.00	0.54	13.12
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	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	555	23.00	18.52	94.10	635.13	0.46	89.17	255.6	0.425	118.7	368.45	171.3	8.16	125.00
	Всего за день	1070	35.43	26.07	130.15	896.25	0.72	90.29	266.55	0.711	240.65	554.4	273.5	11.71	

Овощи свежие** - допускается использование любых овощей

Фрукт*** - допускается выдача любых фруктов.