

Утверждаю
Директор
М.П.



Утверждаю
Директор моу 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	Ca	P	Mg	Fe	
ПЕДЕЛЯ 2															
Среда-2															
Горячее питание															
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
	Итого за завтрак	575	15,25	12,31	70,70	479,64	0,44	11,08	113,80	0,51	379,00	383,41	126,55	7,43	125.00
Горячее питание															
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
	Итого за обед	580	21,25	17,68	96,51	605,73	0,34	4,23	1005,82	0,33	161,56	298,31	100,65	4,95	125.00
	Всего за день	1155	36,50	29,99	167,21	1085,37	0,78	15,31	1119,62	0,84	540,56	681,72	227,20	12,38	

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