

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	
НЕДЕЛЯ I															
Вторник I															
Горячее питание															
54-6г	Рис отварной	150	3,80	12,00	36,60	269,60	0,03	0,00	63,74	0,04	9,30	76,00	24,00	0,51	36,42
11п/ф пром	Котлета куриная	50	9,60	2,13	6,73	84,30	0,03	0,31	3,15	0,04	14,70	72,00	32,00	0,69	69,18
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
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	0,00	0,04	0,30	0,01	4,50	7,20	3,80	0,73	6,45
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 завтрак:	510	18,85	15,85	75,73	520,53	0,27	1,83	131,19	0,25	85,20	230,90	86,10	3,83	125,00
Горячее питание															
6	Салат из моркови с сахаром	60	0,68	6,06	5,44	79,60	0,03	1,85	0,00	0,04	14,31	0,00	0,00	0,38	11,35
54-1г	Макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	0,06	0,00	18,40	0,03	12,00	41,00	7,20	0,73	17,67
22п-ф пром	Шницель из говядины	75	13,70	13,10	12,40	221,30	0,05	0,09	16,60	0,12	30,00	138,00	20,00	1,94	71,93
465	Соус томатный	35	0,32	1,11	2,08	20,07	0,00	0,46	0,00	0,03	1,34	0,00	0,00	0,11	9,18
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 ржаной	20	1,33	0,27	6,70	34,13	0,10	0,08	0,00	0,07	14,60	37,50	8,00	0,57	1,51
пром	Хлеб пшеничный	50	3,83	0,42	24,58	117,20	0,20	0,20	0,00	0,15	62,50	64,50	20,50	1,80	3,78
	Итого за обед:		25,56	25,86	90,70	697,00	0,44	3,84	35,38	0,45	141,65	289,50	60,30	6,30	125,00
	Всего за день	510	44,41	41,71	166,43	1217,53	0,71	5,67	166,57	0,70	226,85	954,80	146,40	10,13	

Овощи свежие** допускается использование иных овощей

Фрукт***- допускается выдача иных фруктов