

Организация АО «Школьный комбинат»

МЕНЮ для питания учащихся

МБОУ школа № \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

(подпись директора, ФИО)

Дата « 24 » марта 2025 года

День 1-ый Неделя первая

| Прием пищи                      | Раздел        | № рец.  | Блюдо                             | Выход, г | Цена  | Неделя первая |       |       |        | Углеводы |
|---------------------------------|---------------|---------|-----------------------------------|----------|-------|---------------|-------|-------|--------|----------|
|                                 |               |         |                                   |          |       | Калорийность  | Белки | Жиры  | День   |          |
| Завтрак 1-4 классы              | молочн. блюдо | 174     | Каша вязкая молочная кукурузная   | 210      | 24,05 | 294           | 6     | 10,85 | 40,16  |          |
|                                 | гор.напиток   | ПР      | Блинчики с фруктовым фаршем       | 70       | 35,81 | 149           | 2,62  | 4,86  | 21,5   |          |
|                                 | хлеб белый    | ПР      | Какао с молоком                   | 200      | 16,31 | 118,6         | 4,08  | 3,54  | 17,58  |          |
|                                 |               |         | Батон нарезной                    | 20       | 1,88  | 52,4          | 1,5   | 0,6   | 10,3   |          |
|                                 |               |         | ИТОГО:                            | 500      | 78,05 | 614           | 14,2  | 19,85 | 89,54  |          |
| Завтрак 5-11 льготной категории | молочн. блюдо | 174     | Каша вязкая молочная кукурузная   | 210      | 24,05 | 294           | 6     | 10,85 | 40,16  |          |
|                                 | гор.напиток   | ПР      | Блинчики с фруктовым фаршем       | 57       | 29,22 | 149           | 2,62  | 4,86  | 21,5   |          |
|                                 | хлеб белый    | ПР      | Какао с молоком                   | 200      | 16,31 | 118,6         | 4,08  | 3,54  | 17,58  |          |
|                                 |               |         | Батон нарезной                    | 20       | 1,88  | 131           | 3,75  | 1,5   | 25,75  |          |
|                                 |               |         | ИТОГО:                            | 500      | 71,46 | 692,6         | 16,45 | 20,75 | 104,99 |          |
| Обед 2 смена 1-4 классы         | овощи         | ТК      | Икра кабачковая порционно         | 60       | 6,99  | 80,28         | 1,64  | 4,91  | 8,72   |          |
|                                 | 1 блюдо       | 88      | Щи из свежей капусты с картофелем | 200      | 10,83 | 72            | 1,41  | 3,96  | 6,32   |          |
|                                 | горячее блюдо | 261/333 | Печень, тушенная в соусе          | 45/45    | 36,96 | 148,5         | 12,1  | 9,43  | 4,00   |          |
|                                 | гарнир        | 309     | Макаронные изделия отварные       | 150      | 11,71 | 168,5         | 5,52  | 4,52  | 26,4   |          |
|                                 | хлеб чёрный   | ПР      | Хлеб ржано-пшеничный              | 30       | 2,04  | 64,4          | 1,62  | 1,68  | 14     |          |
|                                 |               | ПР      | Хлеб пшеничный                    | 30       | 2,04  | 171,7         | 4,24  | 1,33  | 28,1   |          |
|                                 | напиток       | 342     | Компот из свежих плодов           | 200      | 7,48  | 114,6         | 0,16  | 0,2   | 27,88  |          |
|                                 |               |         | ИТОГО:                            | 780      | 78,05 | 819,98        | 26,69 | 26,03 | 115,42 |          |

|               |         |                                   |            |               |              |              |              |               |
|---------------|---------|-----------------------------------|------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| овощи         | ТК      | Икра кабачковая порционно         | 100        | 8,13          | 92,8         | 1,4          | 6            | 8,26          |
| 1 блюдо       | 88      | Щи из свежей капусты с картофелем | 250        | 13,52         | 90           | 1,76         | 4,95         | 7,9           |
| горячее блюдо | 261/333 | Печень, тушенная в соусе          | 50/50      | 49,99         | 159          | 12,66        | 8,76         | 3,81          |
| гарнир        | 309     | Макаронные изделия отварные       | 180        | 14,12         | 202,1        | 6,6          | 5,42         | 31,7          |
| хлеб чёрный   | ПР      | Хлеб ржано-пшеничн.               | 40         | 2,72          | 96,6         | 2,43         | 0,25         | 21            |
| хлеб белый    | ПР      | Хлеб пшеничный                    | 60         | 4,08          | 189          | 5,6          | 1,75         | 37,1          |
| напиток       | 342     | Компот из свежих плодов           | 200        | 7,48          | 114,6        | 0,16         | 0,2          | 27,88         |
|               |         | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД:</b>             | <b>940</b> | <b>100,04</b> | <b>944,1</b> | <b>30,61</b> | <b>27,33</b> | <b>137,65</b> |
| Полдник 1-4   | ПР      | Блинчики с начинкой               | 101        | 52,01         | 313,6        | 6            | 11,2         | 27            |
| классы        | 382     | Какао с молоком                   | 180        | 14,79         | 118,6        | 4,08         | 3,54         | 17,58         |
| льготной      | 338     | Яблоко                            | 100        | 11,25         | 96           | 1,5          | 0,5          | 21            |
| категории     |         | <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:</b>          | <b>413</b> | <b>78,05</b>  | <b>528,2</b> | <b>11,58</b> | <b>15,24</b> | <b>65,58</b>  |
| Полдник 5-    | ПР      | Блинчики с начинкой               | 89         | 45,42         | 313,6        | 6            | 11,2         | 27            |
| 11 классы     | 382     | Какао с молоком                   | 180        | 14,79         | 118,6        | 4,08         | 3,54         | 17,58         |
| льготной      | 338     | Яблоко                            | 100        | 11,25         | 96           | 1,5          | 0,5          | 21            |
| категории     |         | <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:</b>          | <b>408</b> | <b>71,46</b>  | <b>528,2</b> | <b>11,58</b> | <b>15,24</b> | <b>65,58</b>  |

Зав. Производством

Мед.работник

ФИО

ФИО