|  |  |
| --- | --- |
|  | Утверждаю и.о. директора МБОУ «ПСОШ № 1 ПМО»  В.В.Заболоцкая |

**Меню на 05.07.2024** год

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование меню** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **к/калории** | **Номер рецептуры** | **Цена** |
| **Дети от 6,5 до 10 лет.** |
| Завтрак |  |  |  |  |  |  |  |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136,00 | 1 | 8,66 |
| сырники | 160 | 31,6 | 6,3 | 37,2 | 335 | Тк241 | 43,84 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,40 | 0,10 | 7,2 | 20,00 | Тк059 | 2,00 |
| Яблоко | 150 | 0,62 | 0,62 | 15,20 | 70,00 | Тк089 | 20,25 |
| пряник | 50 | 2,70 | 2,70 | 34,80 | 175,00 | Тк091 | 13,5 |
|  |  |  |  |  |  | **Итого 88,25** | |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из овощей с морской капустой | 60 | 0,9 | 6 | 5,3 | 81 | Тк31 | 12,00 |
| Суп с вермишелью и куриной грудкой | 250 | 8,11 | 3,13 | 17,16 | 118,49 | 30 | 25,5 |
| Жаркое из свинины с картофелем | 250 | 17,50 | 28,75 | 30,5 | 451,50 | 436 | 29,89 |
| Кисель из яблок | 200 | 0,10 | 0,20 | 40,20 | 117,00 | Тк085 | 6,8 |
| Хлеб ржано - пшеничный | 30 | 2,20 | 0,40 | 10,90 | 56,00 | Тк056 | 2,16 |
| Батон обогащенный | 30 | 2,30 | 0,90 | 15,50 | 78,00 | Тк012 | 2,16 |
|  |  |  |  |  |  | **Итого 78,51** | |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| Булочка молочная | 100 | 8,70 | 1,80 | 51,90 | 296 | 477 | 10,00 |
| Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,00 | 25,40 | 102,00 | Тк077 | 12,00 |
| персик | 100 | 0,90 | 0,10 | 9,50 | 45,00 | Тк086 | 35,00 |
|  |  |  |  |  |  |  | **Итого 37,0** |
| **Дети от 10 до 15 лет.** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак |  |  |  |  |  |  |  |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136,00 | 1 | 8,66 |
| Сырники | 200 | 39,50 | 7,88 | 40,88 | 418,80 | Тк241 | 52,85 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,4 | 0,10 | 7,2 | 20,00 | Тк059 | 2,00 |
| Яблоко | 50 | 2,70 | 2,70 | 34,80 | 175,00 | Тк091 | 20,25 |
| пряник | 50 | 2,70 | 2,70 | 34,80 | 175,00 | **Тк091 13,5** | |
|  |  |  |  |  |  |  | **Итого 97,26** |
| Обед |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из овощей с морской капусты | 100 | 1,4 | 10,00 | 8,90 | 135,00 | Тк31 | 19,2 |
| Суп с вермишелью и куриной грудкой | 250 | 8,11 | 3,13 | 17,16 | 118,49 | 30 | 28,3 |
| **Жаркое из мяса с картофелем** | 250 | 24,20 | 39,65 | 41,88 | 621,25 | 436 | 36,92 |
| Кисель из яблок | 200 | 0,10 | 0,20 | 40,20 | 117,00 | Тк085 | 6,8 |
| Хлеб ржано – пшеничный | 30 | 2,20 | 0,40 | 10,90 | 56,00 | Тк056 | 2,16 |
| Батон обогащенный | 30 | 2,30 | 0,90 | 15,50 | 78,00 | Тк012 | 2,16 |
|  |  |  |  |  |  |  | Итого 95,54 |
| Полдник |  |  |  |  |  |  |  |
| Булочка молочная | 100 | 8,70 | 1,80 | 51,90 | 296 | 477 10,00 | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,00 | 25,40 | 102,00 | Тк077 12,00 | |
| персик | 100 | 0,90 | 0,10 | 9,50 | 45,00 | Тк086 35 | |
|  |  |  |  |  |  | **Итого 37,0** | |