|  |  |
| --- | --- |
|  | Утверждаю директор МБОУ «ПСОШ № 1 ПМО»  Н.В. Тихонова |

**Меню на 21.10.2024 г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование меню** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **к/калории** | **Витамин С** | **Номер рецептуры** | **Цена** |
| **(многодетные, малообеспеченные, опекаемые)**  Салат витаминный | 100 | 1,4 | 5,1 | 7,4 | 71,2 | 22 | 20 | 10,59 |
| Суп рыбный | 250 | 2,25 | 4,58 | 16,85 | 117,62 | 8,9 | 592 | 26,75 |
| Рожки с подливом из мяса | 250 | 21 | 10 | 27 | 254 | 3 | 299 | 52,16 |
| Хлеб | 50 | 4 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 | 3,50 |
| чай | 200 | 0,2 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 8,0 | 377 | 2,00 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **Итого: 95,00** | |
| **(Бесплатное питание).**  **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 106,6 | 2,6 | 965 | 26,50 |
| Салат витаминный | 60 | 0,85 | 3,05 | 5,01 | 51 | 10,6 | 20 | 8,35 |
| Рожки с подливом из мяса | 200 | 15,9 | 9,56 | 26,1 | 248 | 4,3 | 299 | 49,45 |
| чай | 200 | 0,2 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 8,0 | 377 | 2,00 |
| хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 | 3.50 |
| сыр | 10 | 4,0 | 2,3 | 34,1 | 177 | 0,8 | 250 | 5,20 |
|  |  |  |  |  |  |  | **Итого: 95,00** | |
| **ОВЗ с 1-4 класс**  **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 106,6 | 2,6 | 965 | 26,50 |
| Плов с курицей | 200 | 16,1 | 14,2 | 36,1 | 260,1 | 0,8 | 265 | 37,95 |
| Хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 | 3,50 |
| Чай | 200 | 0,2 | 1,2 | 30,3 | 120 | 8,0 | 377 | 2,00 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат витаминный | 60 | 0,85 | 3,05 | 5,01 | 51 | 10,6 | 20 | 8,35 |
| Суп рыбный | 250 | 2,25 | 4,58 | 16,85 | 117,62 | 8,9 | 592 | 26,75 |
| рожки с подливом из мяса | 200 | 15,9 | 9,56 | 26,1 | 248 | 4,3 | 299 | 49,45 |
| Хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 | 3,50 |
| чай | 200 | 0,2 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 8,0 | 377 | 2,00 |
|  |  |  |  |  |  |  | **Итого: 160,00** | |
| **ОВЗ с 5-11 класс**  **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Плов с курицей | 250 | 22,5 | 13,3 | 16,56 | 285,06 | 10,9 | 294 | 59,50 |
| Хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 | 3.50 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Чай | 200 | 0,2 | 1,2 | 30,3 | 120 | 8,0 | 377 | 2,00 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат витаминный | 100 | 1,4 | 5,1 | 7,4 | 71,2 | 22 | 20 | 10,59 |
| Суп рыбный | 250 | 2,25 | 4,58 | 16,85 | 117,62 | 8,9 | 592 | 26,75 |
| Рожки с подливом из мяса | 250 | 21 | 10 | 27 | 254 | 3 | 299 | 52,16 |
| Хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 | 3,50 |
| чай | 200 | 0,2 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 8,0 | 377 | 2,00 |
|  |  |  |  |  |  |  | **Итого: 160,00** | |