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

**Меню на 22.10.2024 г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование меню** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **к/калории** | **Витамин С** | **Номер рецептуры** | **Цена** |
| **(многодетные, малообеспеченные, опекаемые)**  Салат мозайка | 100 | 1,0 | 1,0 | 7 | 41 | 1,9 | 25 | 16,30 |
| Борщ с мясом и сметаной | 250 | 4,5 | 10,3 | 8,4 | 144,8 | 10,6 | 85 | 35,04 |
| Картофель по домашнему с мясом | 250 | 22,5 | 13,3 | 16,56 | 285,06 | 10,9 | 294 | 36,16 |
| Хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 | 3,50 |
| Компот | 200 | 0,48 | 0 | 25,6 | 104,64 | 0,8 | 680 | 4,00 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **Итого: 95,00** | |
| **(Бесплатное питание).**  **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 106,6 | 2,6 | 965 | 26,50 |
| Салат мозайка | 60 | 0,6 | 0,6 | 4,2 | 66,2 | 1,4 | 25 | 14,03 |
| Картофель по домашнему с мясом | 200 | 20,5 | 12,0 | 14,5 | 265,0 | 8,0 | 294 | 29,38 |
| Хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 | 3,50 |
| Компот | 200 | 0,48 | 0 | 25,6 | 104,64 | 0,8 | 680 | 4,00 |
| банан | 200 | 0,8 | 0 | 20 | 180 | 6 | 140 | 17,59 |
|  |  |  |  |  |  |  | **Итого: 95,00** | |
| **ОВЗ с 1-4 класс**  **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 106,6 | 2,6 | 965 | 26,50 |
| Каша рисовая молочная | 250 | 6,7 | 6,89 | 22,28 | 177,9 | 1,14 | 94 | 28,45 |
| Хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 | 3,50 |
| Масло сливочное | 20 | 3,1 | 7,5 | 19,56 | 158,7 | 0 | 30 | 13,60 |
| чай | 200 | 0,2 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 8 | 377 | 2,00 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат мозайка | 60 | 0,6 | 0,6 | 4,2 | 66,2 | 1,4 | 25 | 14,03 |
| Борщ с мясом и сметаной | 250 | 4,5 | 10,3 | 8,4 | 144,8 | 10,6 | 85 | 35,04 |
| Картофель по домашнему с мясом | 200 | 20,5 | 12,0 | 14,5 | 265,0 | 8,0 | 294 | 29,38 |
| Хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 | 3,50 |
| компот | 200 | 0,48 | 0 | 25,6 | 104,64 | 0,8 | 680 | 4,00 |
|  |  |  |  |  |  |  | **Итого: 160,00** | |
| **ОВЗ с 5-11 класс**  **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша рисовая молочная | 250 | 6,7 | 6,89 | 22,28 | 177,9 | 1,14 | 94 | 28,45 |
| Хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 | 3,50 |
| Масло сливочное | 20 | 3,1 | 7,5 | 19,56 | 158,7 | 0 | 30 | 13,60 |
| чай | 200 | 0,2 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 8,0 | 377 | 2,00 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат мозайка | 100 | 1,0 | 1,0 | 7 | 41 | 1,9 | 25 | 16,30 |
| Борщ с мясом и сметаной | 250 | 4,5 | 10,3 | 8,4 | 144,8 | 10,6 | 85 | 35,04 |
| Картофель по домашнему с мясом | 250 | 22,5 | 13,3 | 16,56 | 285,06 | 10,9 | 294 | 53,61 |
| Хлеб | 50 | 4 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 | 3,50 |
| компот | 200 | 0,48 | 0 | 25,6 | 104,64 | 0,8 | 680 | 4,00 |
|  |  |  |  |  |  |  | **Итого: 160,00** | |