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

**Меню на 09.07.2025 г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование меню** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **к/калории** | **Номер рецептуры** | **Цена** |
| Завтрак |  |  |  |  |  |  |  |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 | 219 |  |
| Плов с фруктами | 180 | 4,2 | 13,5 | 46,00 | 329,00 | 221 |  |
| Чай с сахаром | 200 | 0,40 | 0,10 | 7,20 | 20 | 059 |  |
| пряник | 70 | 2,70 | 2,70 | 34,80 | 172,00 | 091 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из свеклы с зеленым горошком | 60 | 1,00 | 2,51 | 4,91 | 46,26 | 34 |  |
| Свекольник с курицей и сметаной | 240 | 8,93 | 4,17 | 12,12 | 125,90 | 70 |  |
| Азу по татарски с мясом | 250 | 15,63 | 42 | 6,63 | 466,25 | 046 |  |
| Чай с лимоном | 200 | 0,12 | 0,02 | 10,20 | 21,00 | 0,73 |  |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,20 | 0,40 | 10,90 | 56,00 | 056 |  |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,30 | 0,90 | 15,50 | 78,00 | 012 |  |
|  |  |  |  |  |  |  | |
| **полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| Пирожок с яблоками | 100 | 5,5 | 5,20 | 35,00 | 294,00 | 451 |  |
| Чай с сахаром | 200 |  | 0,40 | 0,10 | 7,20 | 20 |  |
| яблоко | 150 | 0,62 | 0,62 | 15,20 | 7,20 | 089 |  |
|  |  |  |  |  |  | **Итого: 222,97** | |