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

**Меню на 20.06.2025 г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование меню** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **к/калории** | **Номер рецептуры** | **Цена** |
| Завтрак |  |  |  |  |  |  |  |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136,00 | 1 |  |
| сырники | 160 | 31,6 | 6,3 | 37,2 | 335 | 241 |  |
| Чай с сахаром | 200 | 0,4 | 0,10 | 7,2 | 20,00 | 0,59 |  |
| яблоко | 150 | 0,62 | 0,62 | 15,20 | 70,00 | 089 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из овощей с морской капустой | 60 | 0,9 | 6 | 5,3 | 81 | 31 |  |
| Суп с вермишелью и курицей | 250 | 8,11 | 3,13 | 17,16 | 118,49 | 30 |  |
| Жаркое из свинины с картофелем | 250 | 17,50 | 28,75 | 30,5 | 451,5 | 436 |  |
| кисель | 200 | 0,10 | 0,20 | 40,20 | 117,00 | 085 |  |
| 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** |  |  |  |  |  |  |  |
| Булочка молочная | 100 | 8,70 | 1,80 | 51,90 | 296 | 477 |  |
| яблоко | 150 | 062 | 0,62 | 15,20 | 70,00 | 089 |  |
| сок | 200 | 1,00 | 0,00 | 25,40 | 102,00 | 0,77 |  |
|  |  |  |  |  |  | **Итого: 222,97** | |