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

**Меню на 10.10.2025 г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование меню** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **к/калории** | **Витамин С мг** | **Номер рецептуры** | **Цена** |
| **(многодетные, малообеспеченные, опекаемые)** |
| Свекла с огурцом соленым | 100 | 2,3 | 6 | 10,2 | 53 | 7,5 | 10 |  |
| Рассольник с мясом и сметаной | 250 | 6,36 | 6,5 | 11,81 | 152,78 | 7,75 | 96 |  |
| Картофельное пюре с котлетой | 250 | 9,3 | 16,6 | 20,1 | 280,1 | 3,8 | 332 |  |
| хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 |  |
| компот | 200 | 0,12 | 0 | 15,49 | 85,56 | 0 | 442 |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **Итого: 105,00** | |
| **(Бесплатное питание).**  **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 106,6 | 2,6 | 965 |  |
| Свекла с огурцом соленым | 80 | 1,3 | 4,1 | 7,2 | 35 | 1,6 | 10 |  |
| Картофельное пюре с котлетой | 200 | 7,5 | 12,2 | 16,2 | 235,1 | 3,1 | 332 |  |
| Хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 |  |
| компот | 200 | 0,12 | 0 | 15,49 | 85,56 | 0 | 442 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **Итого: 105,00** | |
| **ОВЗ с 1-4 класс**  **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 106,6 | 2,6 | 965 |  |
| Рожки с подливом из мяса | 200 | 15,9 | 9,56 | 26,1 | 248 | 4,3 | 299 |  |
| Хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 |  |
| Масло сливочное | 10 | 0,1 | 8,2 | 0,1 | 74,8 | 0 | 54-19з-2020 |  |
| чай | 200 | 0,2 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 8,0 | 377 |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Свекла с огурцом соленым | 80 | 1,3 | 4,1 | 7,2 | 35 | 1,6 | 10 |  |
| Рассольник с мясом и сметаной | 250 | 6,36 | 6,5 | 11,81 | 152,78 | 7,75 | 96 |  |
| Картофельное пюре с котлетой | 200 | 7,5 | 12,2 | 16,2 | 235,1 | 3,1 | 332 |  |
| Хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 |  |
| компот | 200 | 0,12 | 0 | 15,49 | 85,56 | 0 | 442 |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **Итого: 177,00** | |
| **ОВЗ с 5-11 класс**  **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рожки с подливом из мяса | 250 | 21 | 10 | 27 | 254 | 3 | 299 |  |
| Хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 |  |
| Масло сливочное | 10 | 0,1 | 8,2 | 0,1 | 74,8 | 0 | 54-19з-2020 |  |
| чай | 200 | 0,2 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 8,0 | 377 |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Свекла с огурцом соленым | 100 | 2,3 | 6 | 10,2 | 53 | 7,5 | 10 |  |
| Рассольник с мясом и сметаной | 250 | 6,36 | 6,5 | 11,81 | 152,78 | 7,75 | 96 |  |
| Картофельное пюре с котлетой | 250 | 9,3 | 16,6 | 20,1 | 280,1 | 3,8 | 332 |  |
| Хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 |  |
| компот | 200 | 0,12 | 0 | 15,49 | 85,56 | 0 | 442 |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **Итого: 177,00** | |