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

**Меню на 20.10.2025 г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование меню** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **к/калории** | **Витамин С** | **Номер рецептуры** | **Цена** |
| **(многодетные, малообеспеченные, опекаемые)**  Салат из белокачанной капусты | 100 | 2,5 | 10,1 | 10,4 | 143,0 | 58,1 | 54-7з-2020 |  |
| Суп рыбный | 250 | 9,88 | 5,13 | 15,53 | 147,45 | 7,3 | 54-12с-2020 |  |
| Рожки с подливом из мяса | 250 | 15,9 | 9,56 | 26,1 | 348 | 4,3 | 299 |  |
| Хлеб белый | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0,0 | 480 |  |
| чай | 200 | 0,2 | 0,0 | 6,5 | 26,8 | 0,04 | 54-2гн-2020 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **Итого: 105,00** | |
| **(Бесплатное питание).**  **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 106,6 | 2,6 | 965 |  |
| Салат из белокачанной капусты | 80 | 2 | 8,1 | 8,4 | 114,4 | 46,5 | 54-7з-2020 |  |
| Рожки с подливом из мяса | 250 | 15,9 | 9,56 | 26,1 | 348 | 4,3 | 299 |  |
| чай | 200 | 0,2 | 0,0 | 6,5 | 26,8 | 0,04 | 54-2гн-2020 |  |
| хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0.00 | 480 |  |
| сыр | 15 | 3,5 | 4,4 | 0,0 | 53,7 | 0,1 | 54-1з-2020 |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **Итого: 105,00** | |
| **ОВЗ с 1-4 класс**  **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 106,6 | 2,6 | 965 |  |
| Плов с курицей | 200 | 27,3 | 8,1 | 33,2 | 314,6 | 2,36 | 54-12м-2020 |  |
| Хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 |  |
| Чай | 200 | 0,2 | 0,0 | 6,5 | 26,8 | 0,04 | 54-2гн-2020 |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из белокачанной капусты | 80 | 2 | 8,1 | 8,4 | 114,4 | 46,5 | 54-7з-2020 |  |
| Суп рыбный | 250 | 9,88 | 5,13 | 15,53 | 147,45 | 7,3 | 54-12с-2020 |  |
| Рожки с подливом из мяса | 250 | 15,9 | 9,56 | 26,1 | 348 | 4,3 | 299 |  |
| Хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 |  |
| чай | 200 | 0,2 | 0,0 | 6,5 | 26,8 | 0,04 | 54-2гн-2020 |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **Итого: 177,00** | |
| **ОВЗ с 5-11 класс**  **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Плов с курицей | 250 | 34,0 | 10,1 | 41,5 | 393,4 | 3,0 | 54-12м-2020 |  |
| Хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 |  |
| Чай | 200 | 0,2 | 0,0 | 6,5 | 26,8 | 0,04 | 54-2гн-2020 |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из белокачанной капусты | 100 | 2,5 | 10,1 | 10,4 | 143,0 | 58,1 | 54-7З-2020 |  |
| Суп рыбный | 250 | 9,88 | 5,13 | 15,53 | 147,45 | 7,3 | 54-12С-2020 |  |
| Рожки с подливом из мяса | 250 | 15,9 | 9,56 | 26,1 | 348 | 4,3 | 299 |  |
| Хлеб | 50 | 4,0 | 1,2 | 30,3 | 120,1 | 0 | 480 |  |
| чай | 200 | 0,2 | 0,0 | 6,5 | 26,8 | 0,04 | 54-2ГН-2020 |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **Итого: 177,00** | |