



Завтрак **Меню на 01.10.2024 г.** **1-4 классы** **5-11 классы**

| № п/п | № рецептуры | Наименование блюд | вес блюда, г | Энергетическая ценность, ккал | белки | жиры | углеводы | стоимость, руб | вес блюда, г | Энергетическая ценность, ккал | белки | жиры | углеводы | стоимость, руб |
|-------|-------------|-----------------------|--------------|-------------------------------|--------------|--------------|--------------|----------------|--------------|-------------------------------|-------------|--------------|--------------|----------------|
| 1 | 71 | Овощи свежие огурцы | 60 | 8,46 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 6,31 | 100 | 14,1 | 0,7 | 0,1 | 1,89 | 10,45 |
| 2 | 175 | Жаркое по-домашнему | 175 | 312,61 | 17,01 | 15,68 | 25,86 | 47,15 | 200 | 357,05 | 19,4 | 17,92 | 29,54 | 50,98 |
| 3 | 378 | Фруктовый чай | 200 | 60,46 | 0,6 | 0,4 | 10,4 | 4,9 | 200 | 60,46 | 0,6 | 0,4 | 10,4 | 4,9 |
| 4 | | Хлеб пшеничный | 25 | 58,6 | 1,69 | 0,22 | 12,54 | 1,48 | 40 | 93,8 | 2,7 | 0,34 | 20,06 | 2,37 |
| 5 | | Хлеб ржаной | 25 | 51,2 | 1,66 | 0,3 | 10,46 | 1,41 | 40 | 81,92 | 2,66 | 0,48 | 16,73 | 2,26 |
| 7 | | Кисломолочный продукт | 150 | 75,15 | 3,45 | 3,68 | 4,72 | 35 | 180 | 90,18 | 4,14 | 4,42 | 5,66 | 27,00 |
| | | Итого | 635 | 566,48 | 24,83 | 20,34 | 65,12 | 96,25 | 760 | 697,47 | 30,2 | 23,66 | 84,28 | 97,96 |

Обед **1-4 классы** **5-11 классы**

| № п/п | № рецептуры | Наименование блюд | вес блюда, г | Энергетическая ценность, ккал | белки | жиры | углеводы | стоимость, руб | вес блюда, г | Энергетическая ценность, ккал | белки | жиры | углеводы | стоимость, руб |
|-------|-------------|---------------------------|--------------|-------------------------------|--------------|--------------|--------------|----------------|--------------|-------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| 1 | 98 | Суп крестьянский с крупой | 250 | 74,56 | 1,48 | 4,92 | 6,09 | 6,28 | 250 | 74,56 | 1,48 | 4,92 | 6,09 | 6,28 |
| 2 | 227 | Рыба припущенная | 110 | 155,95 | 19,28 | 8,36 | 0,9 | 53,89 | 110 | 155,95 | 19,28 | 8,36 | 0,9 | 53,89 |
| 3 | 312 | Картофельное пюре | 150 | 205,86 | 3,46 | 5,42 | 23,05 | 14,39 | 180 | 247,03 | 4,15 | 6,51 | 27,66 | 14,76 |
| 4 | 349 | Компот из сухофруктов | 200 | 106 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 7,14 | 200 | 106 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 7,14 |
| 5 | | Хлеб пшеничный | 40 | 93,76 | 2,7 | 0,34 | 20,06 | 2,37 | 70 | 164,08 | 4,73 | 0,6 | 35,11 | 4,16 |
| 6 | | Хлеб ржаной | 40 | 81,92 | 2,66 | 0,48 | 16,74 | 2,26 | 45 | 92,16 | 2,99 | 0,54 | 18,83 | 2,54 |
| 7 | 71 | Овощи свежие огурцы | 60 | 8,46 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 6,31 | 100 | 14,1 | 0,7 | 0,1 | 1,89 | 10,5 |
| | | Итого | 850 | 726,51 | 30,66 | 19,67 | 99,99 | 92,64 | 955 | 853,88 | 33,99 | 21,12 | 122,49 | 99,27 |

Полдник **1-4 классы** **5-11 классы**

| № п/п | № рецептуры | Наименование блюд | вес блюда, г | Энергетическая ценность, ккал | белки | жиры | углеводы | стоимость, руб | вес блюда, г | Энергетическая ценность, ккал | белки | жиры | углеводы | стоимость, руб |
|-------|-------------|--------------------------------------|--------------|-------------------------------|--------------|-------------|---------------|----------------|--------------|-------------------------------|--------------|-------------|---------------|----------------|
| 1 | | Кисломолочный продукт | 180 | 90,18 | 12,15 | 1,55 | 90,27 | 22,32 | 200 | 100,2 | 13,5 | 1,72 | 100,3 | 24,72 |
| 2 | 287 | Запеканка рисовая со свежими плодами | 150 | 194,25 | 5,02 | 4,57 | 33,52 | 13,7 | 200 | 259 | 6,69 | 6,09 | 44,69 | 18,25 |
| 3 | | Хлеб пшеничный | 25 | 58,6 | 1,69 | 0,22 | 12,54 | 1,48 | 35 | 82,04 | 2,36 | 0,3 | 17,55 | 2,07 |
| | | Итого | 355 | 343,03 | 18,86 | 6,34 | 136,33 | 37,5 | 435 | 441,24 | 22,55 | 8,11 | 162,54 | 45,04 |

Начальник производства _____ Морозова Е.С.