

Согласовано: директор школы

от «27» января 2025 года

/С.Ю.Голева/



## МЕНЮ

1-4 классы горячие завтраки

МБОУ «Еланская СШ №1»

День: 28.01.2025

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
<b>ЗАВТРАК</b>						
311 к	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	90	8,60	10,40	6,80	158,30
303	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	160	4,90	5,34	21,80	155,00
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР,ОГУРЕЦ, КАПУСТА)	60	0,60	0,10	1,75	13,20
639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,40	0,00	20,40	84,30
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,90	0,50	24,10	116,80
Итого за весь прием пищи:		560	18,40	16,34	74,85	527,60
<b>Полдник</b>						
	СЛОЙКА С КЛУБНИЧНОЙ НАЧИНКОЙ	100	5,90	34,10	39,50	492,00
692	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	2,30	1,30	25,90	123,50
Итого за весь прием пищи:		300	8,20	35,40	65,40	615,50

### 5-11 класс

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
<b>ЗАВТРАК</b>						
311 к	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100	9,60	11,60	7,50	175,90
303	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	200	5,50	5,49	24,60	175,00
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР,ОГУРЕЦ, КАПУСТА)	100	1,00	0,16	2,90	22,00
639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,90	0,50	24,10	116,80
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,40	0,00	20,40	84,30
Итого за весь прием пищи:		650	20,40	17,75	79,50	574,00
<b>Полдник</b>						
	СЛОЙКА С КЛУБНИЧНОЙ НАЧИНКОЙ	100	5,90	34,10	39,50	492,00
692	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	250	2,30	1,30	25,90	123,50
Итого за весь прием пищи:		350	8,20	65,40	65,40	615,50