

Согласовано: директор школы

от «10» марта 2025 года

/С.Ю.Голева/



МЕНЮ

1-4 классы горячие завтраки

МБОУ «Еланская СШ №1»

День: 20.03.2025

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК						
294А	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90/30	12,10	14,60	14,60	252,60
224Е	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	11,20	10,30	16,80	206,30
686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,30	0,00	15,20	60,00
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,90	0,50	24,10	116,80
Итого за весь прием пищи:		520	27,50	25,40	70,70	635,70
Полдник						
	СЛОЙКА ЯБЛОЧНАЯ	100	5,90	34,10	39,50	492,00
360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,10	0,00	28,20	110,30
Итого за весь прием пищи:		300	6,00	34,10	67,70	602,30

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК						
294А	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100/30	18,00	21,78	35,64	380,40
224Е	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	14,80	12,80	23,40	270,90
686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,30	0,00	15,20	60,00
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,90	0,50	24,10	116,80
Итого за весь прием пищи:		570	37,00	35,08	98,34	828,10
Полдник						
	СЛОЙКА ЯБЛОЧНАЯ	100	5,90	34,10	39,50	492,00
360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	250	0,10	0,00	28,20	110,30
Итого за весь прием пищи:		350	6,00	34,10	67,70	602,30