

Согласовано: директор школы

от «03» апреля 2025 года

/С.Ю.Голева/



МЕНЮ

1-4 классы горячие завтраки

МБОУ «Еланская СШ №1»

День: 03.04.2025

| № 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 |