

Согласовано: директор школы

от «03» апреля 2025 года

/С.Ю.Голева/



МЕНЮ

1-4 классы горячие завтраки

МБОУ «Еланская СШ №1»

День: 09.04.2025

| № рецеп. | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценност ь ккал. |
|----------------------------------|--|-----------------|------------------|--------------|----------------|------------------------------|
| | | | Белки,г | Жиры,г. | Углевод ы,г | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 455А | КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455А (ГОВЯДИНА) | 90/30 | 10,90 | 10,30 | 12,00 | 182,50 |
| 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,10 | 9,15 | 34,20 | 244,50 |
| 70,71,80 | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР,ОГУРЕЦ, КАПУСТА) | 60 | 0,60 | 0,10 | 1,75 | 13,20 |
| 685 | 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: | | 580 | 20,80 | 20,05 | 87,25 | 617,00 |

Полдник

| | | | | | | |
|----------------------------------|----------------|------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
| | СЛОЙКА "ВИШНЯ" | 100 | 5,90 | 34,10 | 39,50 | 492,00 |
| | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0,20 | 0,20 | 27,50 | 112,70 |
| Итого за весь прием пищи: | | 300 | 6,10 | 34,30 | 67,00 | 604,70 |

12-18 лет

| № рецеп. | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценност ь ккал. |
|----------------------------------|--|-----------------|------------------|--------------|----------------|------------------------------|
| | | | Белки,г | Жиры,г. | Углевод ы,г | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 455А | КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455А (ГОВЯДИНА) | 100/30 | 12,10 | 11,40 | 13,30 | 202,70 |
| 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | 6,12 | 10,98 | 41,04 | 293,40 |
| 70,71,80 | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР,ОГУРЕЦ, КАПУСТА) | 100 | 1,00 | 0,16 | 2,90 | 22,00 |
| 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: | | 660 | 23,42 | 23,04 | 96,54 | 694,90 |

Полдник

| | | | | | | |
|----------------------------------|----------------|------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
| | СЛОЙКА "ВИШНЯ" | 100 | 5,90 | 34,10 | 39,50 | 492,00 |
| | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0,20 | 0,20 | 27,50 | 112,70 |
| Итого за весь прием пищи: | | 300 | 6,10 | 34,30 | 67,00 | 604,70 |