

Согласовано: директор школы

от «05» ноября 2025 года

/С.Ю.Голева/



МЕНЮ

1-4 классы горячие завтраки МБОУ «Еланская СШ №1» День: 14.11.2025

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК						
289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	16,00	15,65	25,40	280,00
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ,ПОМИДОР,КАПУСТА)	60	0,60	0,10	1,75	13,20
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:		510	20,80	16,25	66,45	470,00
Полдник						
	СЛОЙКА ЯБЛОЧНАЯ	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

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК						
289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	250	19,10	19,30	31,60	349,10
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ,ПОМИДОР,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:		600	24,30	19,96	73,80	547,90
Полдник						
	СЛОЙКА ЯБЛОЧНАЯ	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	35,40	65,40	615,50