

Согласовано: директор школы

от «15» декабря 2025 года

/С.Ю.Голева/



## МЕНЮ

1-4 классы горячие завтраки

МБОУ «Еланская СШ №1»

День: 18.12.2025

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
<b>ЗАВТРАК</b>						
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
<b>Итого за весь прием пищи:</b>		<b>520</b>	<b>27,50</b>	<b>25,40</b>	<b>70,70</b>	<b>635,70</b>
<b>Полдник</b>						
	СЛОЙКА ЯБЛОЧНАЯ	100	5,90	34,10	39,50	492,00
360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,10	0,00	28,20	110,30
<b>Итого за весь прием пищи:</b>		<b>300</b>	<b>6,00</b>	<b>34,10</b>	<b>67,70</b>	<b>602,30</b>

### 12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
<b>ЗАВТРАК</b>						
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
<b>Итого за весь прием пищи:</b>		<b>570</b>	<b>37,00</b>	<b>35,08</b>	<b>98,34</b>	<b>828,10</b>
<b>Полдник</b>						
	СЛОЙКА ЯБЛОЧНАЯ	100	5,90	34,10	39,50	492,00
360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	250	0,10	0,00	28,20	110,30
<b>Итого за весь прием пищи:</b>		<b>350</b>	<b>6,00</b>	<b>34,10</b>	<b>67,70</b>	<b>602,30</b>