

Утверждаю: _____
 Директор: _____
 М.П. _____



Утверждаю: _____
 Директор: _____
 М.П. _____



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся 1-4 классов в общеобразовательных организациях
 " " 2025г.

День/ неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Стоимость
			Б	Ж	У		B1	C	A(мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Понедельник 1															
Горячее питание															
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,11	39	0,05	132	75	5,3	0,15	23,14
54-9к	Каша вязкая молочная овсяная с маслом	200	8,6	11,3	34,3	272,8	0,21	0,52	40,2	0,17	139	233	63	1,85	40,59
пром	Фрукт(мандарин)***	80	0,64	0,16	6	30,4	0,048	30,4	8	0,024	28	13,6	8,8	0,08	49,55
54-2г	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	0	0,04	0,3	0,01	4,5	7,2	3,8	0,73	6,45
пром	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,09	0	0,14	56,25	58,05	18,45	1,62	3,39
пром	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	0,1	0,1	0	0,084	18,25	31,25	10	0,7	1,88
	Итого за завтрак	565	18,04	16,56	77,2	532	0,548	31,26	87,5	0,478	378	418,1	109,35	5,13	125,00
Горячее питание															
67	Винегрет овощной	60	0,76	4,11	4,01	56,07	0,01	2,26	72,9	0,01	12	21	9,7	0,4	12,86
54-11м	Плов из отварной курицы	200	15,30	14,70	38,60	348,30	0,07	0,72	262	0,12	20	193	44	2,2	92,03
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,10	19,80	81,00	0	0,02	15	0	50	4,3	2,1	0,09	15,59
пром	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,25	14,75	70,30	0,12	0,06	0	0,09	37,5	38,7	12,3	1,08	2,26
пром	Хлеб ржаной	30	2,00	0,40	10,00	51,20	0,12	0,12	0	0,1	21,9	37,5	12	0,84	2,26
	Итого за обед	520	20,86	19,56	87,16	606,87	0,32	3,18	349,9	0,32	141,4	294,5	80,1	4,61	125,00
	Всего за день	1085	38,90	36,12	164,36	1138,87	0,868	34,44	437,4	0,798	519,4	712,6	189,45	9,74	

Овощи свежие** - допускается использование иных ов овощей.

Фрукт*** - допускается выдача иных фруктов.



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций
" " 2025г.



День/неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				стоимость
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Вторник 1															
Горячее питание															
54-6г	Рис отварной	150	3,80	12,00	36,60	269,60	0,03	0,00	63,74	0,04	9,30	76,00	24,00	0,51	36,42
1п/ф пром	Котлета куриная	50	9,60	2,13	6,73	84,30	0,03	0,31	3,15	0,04	14,70	72,00	32,00	0,69	69,18
54-3 соус	Соус красный основной	35	1,65	1,20	4,45	35,40	0,01	1,34	64,00	0,00	4,60	12,00	6,00	0,26	9,18
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	0,00	0,04	0,30	0,01	4,50	7,20	3,80	0,73	6,45
пром	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,25	14,75	70,30	0,12	0,06	0	0,09	37,5	38,7	12,3	1,08	2,26
пром	Хлеб ржаной	20	1,30	0,27	6,70	34,13	0,08	0,08	0	0,07	14,6	25	8	0,56	1,51
	Итого за завтрак:	510	18,85	15,85	75,73	520,53	0,27	1,83	131,19	0,25	85,20	230,90	86,10	3,83	125,00
Горячее питание															
6	Салат из моркови с сахаром	60	0,68	6,06	5,44	79,60	0,03	1,85	0,00	0,04	14,31	0,00	0,00	0,38	11,35
54-1г	Макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	0,06	0,00	18,40	0,03	12,00	41,00	7,20	0,73	17,67
22п/ф пром	Шницель из говядины	75	13,70	13,10	12,40	221,30	0,05	0,09	16,60	0,12	30,00	138,00	20,00	1,94	71,93
465	Соус томатный	35	0,32	1,11	2,08	20,07	0,00	0,46	0,00	0,03	1,34	0,00	0,00	0,11	9,18
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	6,70	27,90	0,00	1,16	0,38	0,01	6,90	8,50	4,60	0,77	9,58
пром	Хлеб ржаной	20	1,33	0,27	6,70	34,13	0,10	0,08	0,00	0,07	14,60	37,50	8,00	0,57	1,51
пром	Хлеб пшеничный	50	3,83	0,42	24,58	117,20	0,20	0,20	0,00	0,15	62,50	64,50	20,50	1,80	3,78
	Итого за обед:		25,56	25,86	90,70	697,00	0,44	3,84	35,38	0,45	141,65	289,50	60,30	6,30	125,00
	Всего за день:	510	44,41	41,71	166,43	1217,53	0,71	5,67	166,57	0,70	226,85	954,80	146,40	10,13	

Овощи свежие** допускается использование иных овощей

Фрукт***- допускается выдача иных фруктов.

Утверждаю: Е.Ю. "СИТИ-ПРО"
Директор: И.В. Полюничкина К.В.
М.П.



Утверждаю



Игорь Осипов

МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций
" " 2025г.

День/ неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Стоимость
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Среда-1															
Горячее питание															
54-20з	Горошек зеленый	40	0,50	0,05	1,75	9,45	0,03	1,2	9	0,01	5,3	16	5,5	0,19	18,54
206	Макароны запеченные с яйцом	200	9,72	12,85	36,72	301,43	0,12	2,13	0,1	0,45	179,55	0	0	1,29	94,36
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	0	0,04	0,3	0,01	4,5	7,2	3,8	0,73	6,45
пром	Хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	105,50	0,18	0,09	0	0,14	56,25	58,05	18,45	1,62	3,39
пром	Хлеб ржаной	30	2,00	0,40	10,00	51,20	0,12	0,12	0	0,1	21,9	37,5	120	0,84	2,26
	Итого за завтрак:	515	15,82	13,70	77,07	494,38	0,45	3,58	9,4	0,71	267,5	118,75	147,75	4,67	125,00
Горячее питание															
49	Салат "Витаминный"	60	0,65	4,14	5,72	62,74	0,02	5,27	0,00	0,02	11,64	18,46	10,92	0,63	14,08
54-11г	Картофельное пюре	150	3,20	3,99	22,38	138,23	0,12	10,20	23,80	0,11	39,00	84,00	28,00	1,03	36,35
354	Рыба тушеная(минтай) с овощами	90	9,54	5,14	4,29	101,54	0,06	2,05	0,00	0,06	25,81	0,00	0,00	0,45	53,33
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,10	19,80	81,00	0,00	0,02	15,00	0,00	50,00	4,30	2,10	0,09	15,59
пром	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	51,6	16,4	1,44	3,01
пром	Хлеб ржаной	35	2,30	0,47	11,70	59,73	0,18	0,14	0,00	0,12	25,55	65,63	14,00	0,99	2,64
	Итого за обед:	575	19,25	14,17	83,59	536,97	0,54	17,76	38,80	0,43	202,00	223,99	71,42	4,63	125,00
	Всего за день	1090	35,07	27,87	160,66	1031,35	0,99	21,34	48,20	1,14	491,72	1063,01	219,17	19,11	

Овощи свежие** допускается использование иных овощей

Фрукт***- допускается выдача иных фруктов.

Утверждаю
Директор

М.П.



Утверждаю



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций
" " 2025г.

День/ неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергети ческая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Стоимост
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Четверг -I															
Горячее питание															
54-1з	Сыр	15	1,75	4,40	0,00	46,60	0,01	0,11	39	0,05	132	75	53	0,15	23,14
54-16к	Каша "Дружба" с маслом	200	5,00	5,80	27,10	180,60	0,07	0,53	27,2	0,12	116	124	27	0,53	39,68
54-21гн	Какао с молоком	200	4,60	3,60	12,60	100,40	0,04	0,68	17,3	0,17	143	130	34	1,09	17,23
пром	Фрукт (яблоко)***	80	0,64	0,16	6,00	30,40	0,048	30,4	8	0,024	28	13,6	8,8	0,08	40,81
пром	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,25	14,75	70,30	0,12	0,06	0	0,09	37,5	38,7	12,3	1,08	2,26
пром	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	0,1	0,1	0	0,084	18,25	31,25	10	0,7	1,88
	Итого за завтрак	535	14,24	10,11	68,85	424,40	0,378	31,77	52,5	0,488	342,75	337,55	92,1	3,48	125,00
Горячее питание															
67	Винегрет овощной	60	0,76	4,11	4,01	56,07	0,01	2,26	72,9	0,01	12	21	9,7	0,4	12,86
54-6г	Рис отварной с маслом	150	3,70	4,80	36,50	203,50	0,03	0	18,4	0,03	6,9	73	24	0,49	36,42
13п/ф пром	Биточек из курицы	75	11,13	8,20	10,10	158,72	0,05	0,47	4,72	0,06	22	108	48	1,03	59,98
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,7	67,7	0,01	0,32	70	0,03	28	25	18	0,58	11,22
пром	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,25	14,75	70,30	0,12	0,06	0	0,09	37,5	38,7	12,3	1,08	2,26
пром	Хлеб ржаной	30	2,30	0,40	10,00	51,20	0,12	0,12	0	0,1	21,9	37,5	12	0,84	2,26
	Итого за обед	545	21,19	17,86	91,06	607,49	0,34	3,23	166,02	0,32	128,3	303,2	124	4,42	125,00
	Всего за день	1080	35,43	27,97	159,91	1031,89	0,718	35	218,52	0,808	471,05	640,75	216,1	7,9	

Овощи свежие** допускается использование иных овощей.

Фрукт***- допускается выдача иных фруктов.

Утверждаю
Директор
М.П.



Утверждаю



Сергей Сергеевич Жуков

МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций
" " 2025г.

День/ неделя	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Стоимость
№ рецеп.			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Пятница-1															
Горячее питание															
54-11г	Картофельное пюре	150	3,20	5,20	19,80	139,40	0,12	10,20	23,80	0,11	39,00	84,00	28,00	1,03	36,35
14п/ф пром	Тефтели из говядины	50	6,83	5,90	4,20	97,22	0,03	0,66	4,05	0,042	9,2	70	70	1	55,36
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,60	1,10	8,70	50,90	0,01	0,3	6,9	0,07	57	46	9,9	0,77	13,52
пром	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,25	14,75	70,30	0,12	0,06	0	0,09	37,5	38,7	12,3	1,08	2,26
пром	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	0,1	0,1	0	0,084	18,25	31,25	10	0,7	2,51
пром	Кондитерское изделие	20	0,52	3,9	13,1	89,58	0,016	0	0	0,016	4	13,8	2,6	0,2	15,00
	Итого за завтрак	515	12,43	7,55	36,05	261,12	0,26	1,12	10,95	0,286	121,95	185,95	102,2	3,55	125,00
Горячее питание															
23 пром	Икра кабачковая	60	0,80	3,20	10,00	72,00	0,01	7,42	10,1	0,02	18	18	10	0,46	16,70
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,30	6,30	36,00	233,90	0,21	0	19,2	0,12	15	181	120	4,04	18,26
54-1м	Бефстроганов из отварной курицы	60	8,05	7,10	7,00	124,10	0,02	0,27	64,3	0,075	18	90,75	12	1,22	63,97
54-3 соус	Соус красный основной	35	1,65	1,20	4,45	35,40	0,01	1,34	64,00	0,00	4,60	12,00	6,00	0,26	9,18
54-13хн	Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	0,01	80,00	98,00	0,05	11,00	3,00	3,00	0,54	13,12
пром	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,25	14,75	70,30	0,12	0,06	0	0,09	37,5	38,7	12,3	1,08	2,26
пром	Хлеб ржаной	20	1,30	0,27	6,70	34,13	0,08	0,08	0	0,07	14,6	25	8	0,56	1,51
	Итого за обед	555	23,00	18,52	94,10	635,13	0,46	89,17	255,6	0,425	118,7	368,45	171,3	8,16	125,00
	Всего за день	1070	35,43	26,07	130,15	896,25	0,72	90,29	266,55	0,711	240,65	554,4	273,5	11,71	

Овощи свежие** - допускается использование иных овощей

Фрукт*** - допускается выдача иных фруктов.

Утверждаю
Директор
М.П.



Утверждаю



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций
" " 2025г.

День/ неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход. гр.	Пищевые вещества. гр.			Энергети- ческая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Стоимость
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 2															
Понедельник 2															
Горячее питание															
54-1з	Сыр	15	1,75	4,40	0,00	46,60	0,01	0,11	39	0,05	132	75	53	0,15	23,14
54-13к	Каша. молочная пшениная с маслом	200	8,30	10,2	33,60	259,40	0,18	0,54	41,60	0,15	127,00	186,00	49,00	1,32	34,19
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,47	2,90	11,30	85,18	0,03	0,52	13,3	0,13	111	107	31	1,07	14,35
пром	Фрукт (мандарин)***	80	0,64	0,16	6,00	30,40	0,048	30,4	8	0,024	28	13,6	8,8	0,08	49,55
пром	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,25	14,75	70,30	0,12	0,06	0	0,09	37,5	38,7	12,3	1,08	2,26
пром	Хлеб ржаной	20	1,30	0,27	6,70	34,13	0,08	0,08	0	0,07	14,6	25	8	0,56	1,51
	Итого за завтрак	545	16,01	18,88	72,35	479,41	0,46	31,60	62,90	0,46	318,10	370,30	109,10	4,11	125,00
Горячее питание															
54-13з	Салат из свеклы отварной	60	0,80	2,70	5,90	51,10	0,01	2,28	0,68	0,02	19,00	22,00	11,00	0,70	17,23
54-11м	Плов из отварной курицы	200	15,30	14,70	38,60	347,90	0,07	0,72	262	0,12	20	193	44	2,2	92,03
54-2хн	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,70	67,70	0,01	0,32	70	0,03	28	25	18	0,58	11,22
пром	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,25	14,80	70,30	0,12	0,06	0	0,09	37,5	38,7	12,3	1,08	2,26
пром	Хлеб ржаной	30	2,00	0,40	10,00	51,20	0,12	0,12	0	0,1	21,9	37,5	12	0,84	2,26
	Итого за обед	520	21,40	18,15	85,00	588,20	0,33	3,50	332,68	0,36	126,40	316,20	97,30	5,40	125,00
	Всего за День	1065	37,41	37,03	157,35	1067,61	0,79	35,10	395,58	0,82	444,50	686,50	206,40	9,51	

Овощи свежие ** -допускается использование иных овощей.

Фрукт***- допускаются выдача иных фруктов.

Утверждено ООО "СИТИ-ПРО"
Директор: *Васильев*
М.П.



Утверждено



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций
" " 2025г.

День/неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Стоимость
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 2															
Вторник 2															
Горячее питание															
54-2г	Макароны отварные с маслом	150	4,80	13,30	26,60	246,90	0,03	0,00	63,74	0,04	9,30	76,00	24,00	0,51	17,67
54-25м	Курица тушеная с морковью	75	10,57	4,35	3,30	94,80	0,02	0,65	143,00	0,03	11,50	56,00	27,50	0,50	92,10
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	6,70	27,90	0,00	1,16	0,38	0,01	6,90	8,50	4,60	0,77	9,58
пром	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	51,6	16,4	1,44	3,01
пром	Хлеб ржаной	35	2,30	0,47	11,70	59,73	0,18	0,14	0,00	0,12	25,55	65,63	14,00	0,99	2,64
	Итого за завтрак	545	21,03	18,45	68,00	523,06	0,39	2,03	207,12	0,32	103,25	257,73	86,50	4,21	125,00
Горячее питание															
94	Салат "Мозайка"	60	1,91	4,00	6,09	68,24	0,06	6,90	18,75	0,00	13,55	43,88	15,25	0,60	13,21
54-11г	Картофельное пюре	150	3,20	3,99	22,38	138,23	0,12	10,20	23,80	0,11	39,00	84,00	28,00	1,03	36,35
250	Печень говяжья по-строгановски	80	12,40	12,70	11,60	210,30	0,17	9,93	3781,00	1,33	31,00	221,00	14,00	4,59	62,47
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	6,70	27,90	0,00	1,16	0,38	0,01	6,90	8,50	4,60	0,77	9,58
пром	Хлеб пшеничный	25	1,92	0,20	12,30	58,60	0,1	0,05	0	0,075	31,25	32,25	10,25	0,9	1,88
пром	Хлеб ржаной	20	1,30	0,27	6,70	34,13	0,08	0,08	0	0,07	14,6	25	8	0,56	1,51
	Итого за обед	475	19,12	17,16	59,68	469,16	0,47	21,42	3805,18	1,60	122,75	370,75	64,85	7,85	125,00
	Всего за день	1020	40,15	35,61	127,68	992,22	0,86	23,45	4012,30	1,91	226,00	628,48	151,35	12,06	

Овощи свежие ** - допускается использование иных овощей
Фрукт*** - допускается выдача иных фруктов.

Утверждаю ООО «СИТИ-ПРО»
Директор _____
М.П. _____



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций
" " 2025г.

День/ неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Стоимость
			Б	Ж	У		B1	C	A(мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 2															
Среда-2															
Горячее питание															
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	1,75	4,40	0,00	46,60	0,01	0,11	39	0,05	132	75	5,3	0,15	23,14
54-20к	Каша молочная гречневая или манная или рисовая	200	7,10	5,80	26,60	187,3	0,15	0,50	23,90	0,18	112,00	175,00	78,00	2,35	46,95
54-4гн	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51,10	0,01	0,3	6,9	0,07	57	46	9,9	0,77	9,58
пром	Фрукт (яблоко)***	100	0,42	0,42	9,80	44,66	0,03	10,00	5,00	0,02	16,00	11,00	9,00	2,20	40,81
пром	Хлеб пшеничный	35	2,68	0,29	17,20	58,60	0,14	0,07	0	0,11	43,75	45,16	14,35	1,26	2,64
пром	Хлеб ржаной	25	1,70	0,30	8,40	42,70	0,1	0,1	0	0,08	18,25	31,25	10	0,7	1,88
	Итого за завтрак	575	15,25	12,31	70,70	479,64	0,44	11,08	113,80	0,51	379,00	383,41	126,55	7,43	125,00
Горячее питание															
54-17з	Салат из моркови с яблоком	60	0,80	2,00	4,10	37,60	0,03	2,70	902,00	0,04	24,00	37,00	32,00	0,77	12,32
54-6г	Рис отварной со слив маслом	150	3,70	4,80	36,50	203,50	0,03	0,00	18,74	0,03	6,90	73,00	24,00	0,49	36,42
19п/ф пром	Фрикадельки из говядины	75	10,22	9,09	6,06	146,93	0,03	0,00	6,08	0,07	14,06	95,60	12,20	1,38	46,97
54-3 соус	Соус красный основной	35	1,65	1,20	4,45	35,40	0,01	1,34	64,00	0,00	4,60	12,00	6,00	0,26	9,18
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	0,00	0,02	15,00	0,00	50,00	4,30	2,10	0,09	15,59
пром	Хлеб пшеничный	35	2,68	0,29	17,20	58,60	0,14	0,07	0	0,11	43,75	45,16	14,35	1,26	2,64
пром	Хлеб ржаной	25	1,70	0,30	8,40	42,70	0,1	0,1	0	0,08	18,25	31,25	10	0,7	1,88
	Итого за обед	580	21,25	17,68	96,51	605,73	0,34	4,23	1005,82	0,33	161,56	298,31	100,65	4,95	125,00
	Всего за День	1155	36,50	29,99	167,21	1085,37	0,78	15,31	1119,62	0,84	540,56	681,72	227,20	12,38	

Овощи свежие***- допускается использование иных овощей.
Фрукт***- допускается выдача иных фруктов.

Утверждаю
Директор
М.П.



Утверждаю
Директор



МЕНЮ

по горячему бесплатному питанию обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций
" " 2025г.

День/ неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Стоимость
			Б	Ж	У		B1	C	A(мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 2															
Четверг 2															
Завтрак (1 смена)															
пром	Огурец консервированный	20	1.08	3.04	1.04	26.80	0	7.2	0	0	6.9	6	3.5	0.21	9.40
206	Макароны запеченные с яйцом	200	9.72	12.85	36.72	301.43	0.12	2.13	0.1	0.45	179.55	0	0	1.29	94.36
54-2гн	Компот из сухофруктов	200	0.20	0.00	6.50	26.80	0	0.04	0.3	0.01	4.5	7.2	3.8	0.73	15.59
пром	Хлеб пшеничный	45	3.40	0.40	22.10	105.50	0.18	0.09	0	0.14	56.25	58.05	18.45	1.62	3.39
пром	Хлеб ржаной	30	2.00	0.40	10.00	51.20	0.12	0.12	0	0.1	21.9	37.5	12	0.84	2.26
	Итого за завтрак	495	16.40	16.69	76.36	511.73	0.42	9.58	0.40	0.70	269.10	108.75	37.75	4.69	125.00
Обед (2 смена)															
21	Салат картофельный	60	2.88	6.18	9.66	82.20	0.06	6.90	18.75	0.00	13.55	43.88	15.25	0.60	12.73
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.10	6.30	36.00	233.10	0.21	0	19.2	0.12	15	181	120	4.04	18.26
54-2м	Курица отварная	75	25.70	1.90	0.90	123.80	0.05	2.88	24.50	0.07	17.00	176.00	89.00	1.49	63.97
54-3 соус	Соус красный основной	35	1.65	1.20	4.45	35.40	0.01	1.34	64.00	0.00	4.60	12.00	6.00	0.26	9.18
54-3хн	Компот из сухофруктов	200	0.50	0.20	19.40	81.30	0	0.3	1.5	0.02	18	18	22	0.67	15.59
пром	Хлеб ржаной	30	2.00	0.4	10.00	51.20	0.12	0.12	0	0.1	21.9	37.5	12	0.84	2.26
пром	Хлеб пшеничный	40	3.06	0.33	19.70	93.73	0.16	0.08	0	0.12	50	51.6	16.4	1.44	3.01
	Итого за обед	560	43.89	25.73	100.11	700.73	0.61	11.62	127.95	0.43	140.05	519.98	280.65	9.34	125.00
	Всего за день	1055	60.29	42.42	176.47	1212.46	1.03	21.20	128.35	1.13	409.15	628.73	318.40	14.03	

Овощи свежие***- допускается использование иных овощей.

Фрукт***- допускается выдача иных фруктов.

Утверждаю
Директор
М.П.



Утверждаю
Директор



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций
" " 2025г.

День/неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 2															
Пятница-2															
Горячее питание															
54-1з	Сыр	15	1,75	4,40	0,00	46,60	0,01	0,11	39	0,05	132	75	5,3	0,15	23,14
188	Запеканка рисовая с творогом с соусом сладким	150/20	9,39	8,60	38,62	269,44	0,35	0,00	0,03	0,09	55,96	128,65	29,42	0,81	90,39
54-2г	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,40	26,80	0,00	0,04	0,30	0,01	4,50	7,20	3,80	0,73	6,45
пром	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	0,1	0,05	0	0,075	31,25	32,25	10,25	0,9	2,51
пром	Хлеб ржаной	25	1,70	0,30	8,40	42,70	0,1	0,1	0	0,08	18,25	31,25	10	0,7	2,51
	Итого за завтрак	250	13,19	9,10	65,72	397,54	0,55	0,19	0,33	0,26	109,96	199,35	53,47	3,14	125,00
Горячее питание															
67	Винегрет овощной	60	0,76	4,09	5,01	59,89	0,01	2,26	72,9	0,01	12	21	9,7	0,4	12,86
54-1г	Макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	0,06	0,00	18,40	0,03	12,00	41,00	7,20	0,73	17,67
19п/ф пром	Тефтели из говядины	75	10,22	9,09	6,06	146,93	0,03	0,00	6,08	0,07	14,06	95,60	12,20	1,38	76,83
54-13хн	Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	0,01	80,00	98,00	0,05	11,00	3,00	3,00	0,54	13,12
пром	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,25	14,75	70,30	0,12	0,06	0	0,09	37,5	38,7	12,3	1,08	2,26
пром	Хлеб ржаной	30	2,00	0,40	10,00	51,20	0,12	0,12	0	0,1	21,9	37,5	12	0,84	2,26
	Итого за обед	545	21,28	18,93	83,82	590,42	0,35	82,44	195,38	0,35	108,46	236,80	56,40	4,97	125,00
	Всего за день	795	34,47	28,03	149,54	987,96	0,90	82,63	195,71	0,61	218,42	436,15	109,87	8,11	

Овощи свежие***- допускается использование иных овощей.
Фрукт***- допускается выдача иных фруктов.