



Утверждаю:
Директор МБОУ "СОШ № 93" _____
Зубко Т.В.



МЕНЮ

на 30 января **2025 г.**

четвёртый Неделя: первая

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
--------------------	----------	-------------------	------------------	------------------	----------	------------

ЗАВТРАК для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

Котлета "Московская" (гов,свин)	70	7,71	9,03	12,26	126,26	50,87
Каша гречневая вязкая	180	6,01	6,09	21,24	164,71	9,96
Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	6,11
Кекс для детского питания (хл/зав)	28	1,70	4,16	10,68	124,04	10,00
Хлеб пшеничный	50	3,57	0,36	23,57	111,96	4,06
Итого за 'Завтрак '	528	19,23	19,69	81,82	582,57	81,00

ОБЕД для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)

Огурец соленый (нарезка)	60	0,45	0,05	1,37	7,96	14,84
Борщ с капустой, картофелем, сметаной и отварным мясом кур	200/15	3,23	7,00	17,98	138,82	29,41
Фрикадельки "Петушок" (кур)	90	13,05	13,29	15,47	233,52	58,87
Каша пшеничная вязкая	150	4,88	3,23	34,52	169,50	7,92
Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	5,75
Хлеб пшеничный	31	2,21	0,21	14,61	69,41	2,51
Хлеб ржаной	30	1,86	0,32	11,39	53,01	2,20
Итого за 'Обед '	776	25,89	24,11	108,76	723,48	121,50

КОМПЛЕКС бесплатного питания для м/о, м/д, ТЖС (81,00 руб)

Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	2,57	5,87	13,95	115,94	14,38
Фрикадельки "Петушок" (кур)	70	10,15	10,34	12,03	181,63	45,79
Каша пшеничная вязкая	200	6,51	4,31	46,03	226,00	10,56
Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	5,75
Хлеб пшеничный	35	2,50	0,25	16,50	78,37	2,83
Хлеб ржаной	23	1,43	0,24	8,73	40,64	1,69
Итого за 'Комплекс '	728	23,37	21,01	110,66	693,83	81,00

КОМПЛЕКС стоимостью _____ руб. _____ коп. для 5-11 классов

Итого за 'Комплекс '	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Производство: _____

Ответственный по питанию: _____