МЕНЮ на 14 февраля 2025 г.

МЕНЮ для учащихся МАОУ «СОШ №15»

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | Цена |
| **Завтрак 1-4 классы** |  |  |  |  |  |  |
| Котлеты рубленные из птицы с соусом молочным 90/20 | 110 | 15 | 21,4 | 15,5 | 316 | 60,18 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,1 | 9,15 | 34,2 | 244,5 | 9,64 |
| Чай с сахаром | 200 | 1,4 | 1,1 | 11,3 | 59 | 3,85 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20 | 2,54 | 0,4 | 11,08 | 60,3 | 2,06 |
| Хлеб ржаной витаминизированный | 20 | 1,66 | 0,3 | 9,6 | 54,3 | 1,96 |
| Кондитерское изделие | 35 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 10,75 |
| **Итого** | **535** | **30,8** | **36,95** | **81,98** | **797,1** | **88,44** |
| **Завтрак 5-11 классы** |  |  |  |  |  |  |
| Котлеты рубленные из птицы с соусом молочным 100/30 | 130 | 17,73 | 25,29 | 18,32 | 373,45 | 77,34 |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 6,12 | 10,98 | 41,04 | 293,4 | 13,77 |
| Чай с сахаром | 200 | 1,4 | 1,1 | 11,3 | 59 | 3,85 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 100 | 12,7 | 2 | 55,4 | 301,5 | 10,32 |
| Хлеб ржаной витаминизированный | 100 | 8,3 | 1,5 | 48 | 271,5 | 9,84 |
| Кондитерское изделие | 60 | 8,74 | 7,88 | 0,5 | 108 | 18,43 |
| **Итого** | **770** | **54,99** | **48,75** | **174,56** | **1406,85** | **133,55** |
| **Обед 1-4 классы** |  |  |  |  |  |  |
| Салат из белокочанной капусты и свеклы | 60 | 1,4 | 4,3 | 5,2 | 64 | 6,27 |
| Щи из свежей капусты с мясом птицы и сметаной | 228 | 1,4 | 4,5 | 6,8 | 94,6 | 30,98 |
| Фрикадельки мясные с соусом 90/20 | 110 | 11,3 | 9,3 | 8,2 | 162,00 | 49,15 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,7 | 7,8 | 42,6 | 279 | 8,65 |
| Компот из изюма | 200 | 0,01 | 0 | 24,2 | 93 | 21,48 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20 | 2,54 | 0,4 | 11,08 | 60,3 | 2,06 |
| Хлеб ржаной витаминизированный | 20 | 1,66 | 0,3 | 9,6 | 54,3 | 1,96 |
| **Итого** | **788** | **27,01** | **26,60** | **107,68** | **807,2** | **120,55** |
| **Обед 5-11 классы** |  |  |  |  |  |  |
| Салат из белокочанной капусты и свеклы | 100 | 2,33 | 7,17 | 8,67 | 106,67 | 12,53 |
| Щи из свежей капусты с мясом птицы и сметаной | 250 | 1,53 | 4,93 | 7,46 | 103,73 | 33,98 |
| Фрикадельки мясные с соусом 90/20 | 120 | 12,33 | 10,14 | 8,94 | 176,73 | 74,62 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 8,70 | 9,36 | 51,12 | 279,00 | 14,75 |
| Компот из изюма | 200 | 0,01 | 0 | 24,2 | 93 | 21,48 |
| Хлеб пшеничный витаминизированный | 20 | 2,54 | 0,4 | 11,08 | 60,3 | 2,06 |
| Хлеб ржаной витаминизированный | 20 | 1,66 | 0,3 | 9,6 | 54,3 | 1,96 |
| **Итого** | **890** | **29,1** | **32,30** | **121,07** | **873,73** | **161,38** |

Зав.производством\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Кондратьева М.Н.

Директор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Логинова Г.П.