# Ежедневное МЕНЮ

24.04.2025

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ "СОШ №72"
Гарасова Т.Н.

## 1-4 Класс

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 31 | Запеканка творожная с соусом | 200 | | 365 | 28,13 | 10,55 | 30,74 |
| | гор.напиток | 685 | Чай с сахром | 200 | | 61 | 0,2 | 0,02 | 15 |
| | хлеб | 428 | Булочка школьная | 100 | | 128 | 4,1 | 1,6 | 26,4 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | **500** | **82,00 ₽** | **554** | **32,43** | **12,17** | **72,14** |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 110 | Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200 | | 92 | 1,66 | 4,91 | 10,56 |
| | 2 блюдо | акт | Фрикадельки из птицы с соусом | 90 | | 130 | 11,58 | 4,77 | 6,96 |
| | гарнир | 510 | Каша гречневая вязкая | 180 | | 176 | 5,55 | 6,01 | 25,01 |
| | гор.напиток | 685 | Чай с сахром | 200 | | 61 | 0,20 | 0,02 | 15,00 |
| | хлеб | акт | Батон школьный | 30 | | 105,5 | 3,4 | 0,4 | 29,1 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 30 | | 66 | 2,40 | 0,30 | 13,50 |
| | | | | **730** | **100,00 ₽** | **564,50** | **22,39** | **16,11** | **86,63** |

## 5-11 Класс

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | | 71 | Овощи по сезону | 100 | | 16 | 0,8 | 0 | 3,4 |
| | | акт | Наггетсы | 100 | | 205 | 18,7 | 15,3 | 0,6 |
| | | 516 | Макаронные изделия отварные | 180 | | 255 | 0,98 | 5,39 | 44,5 |
| | | акт | Напиток из ягод | 200 | | 100 | 0,07 | 0,02 | 24,44 |
| | | акт | Батон школьный | 50 | | 118 | 3,8 | 0,45 | 25,95 |
| | | | | | | | | | |
| | Итого | | | **630** | **135,00 ₽** | **694** | **24,35** | **21,16** | **98,89** |

## Комплекс усиленного питания

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | |

## Дети с ОВЗ

| | | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | | акт | Закуска из овощей | 100 | | 78 | 1,83 | 4,5 | 7,5 |
| | | 516 | Макаронные изделия отварные | 180 | | 255 | 0,98 | 5,39 | 44,5 |
| | | 686 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | | 64 | 0,26 | 0,03 | 15,25 |
| | | | Батон школьный | 50 | | 118 | 3,8 | 0,45 | 25,95 |
| | | | | | | | | | |
| | Итого | | | **530** | **32,00 ₽** | **515** | **6,87** | **10,37** | **93,2** |
| Обед | | 110 | Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200 | | 92 | 1,66 | 4,91 | 10,56 |
| | | акт | Мясо по-купечески | 220 | | 335 | 21,6 | 16,01 | 37,5 |
| | | акт | Напиток из ягод | 200 | | 100 | 0,07 | 0,02 | 24,44 |
| | | акт | Батон школьный | 50 | | 120 | 4 | 0,5 | 25 |
| | | | Хлеб ржаной | 30 | | 66 | 2,40 | 0,30 | 13,50 |
| | Итого | | | **700** | **68,00 ₽** | **713** | **29,73** | **21,74** | **111** |
| Полдник | | 685 | Чай с сахаром | 200 | | 61 | 0,2 | 0,02 | 15 |
| | | 107 | Булочка ванильная | 50 | | 172 | 3,95 | 4,25 | 29,05 |
| | | | Фрукты запеченные | 100 | | 81 | 0,2 | | 19,6 |
| | Итого | | | **350** | **32,00 ₽** | **314** | **4,35** | **4,27** | **63,65** |

Зав. производством _____