Утверждаю: Директор: Талызина Т.С.

Наименование организации: «МБОУ Архаровскаяоош»

 **Меню на «30» сентября 2025года**

 **ЗАВТРАК1-4 классов и 5-11 классов (ОВЗ) и обучающихся ,чьи родители призваны на Военную службу**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность, Ккал.** | **Стоимость блюда, руб, коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **1** | Салат из белокочанной капусты с морковью | 100 | 1,31 | 3,25 | 6,5 | 60,4 | 0.65 |
| **2** | Макароны отварные с маслом | 200 | 7,36 | 6,02 | 35,26 | 224,6 | 8.34 |
| **3** | Котлеты рубленые из птицы | 100 | 12,13 | 17,4 | 9,86 | 245 | 26.6 |
| **4** | Кисель | 200 |   |   | 39,4 | 160 | 3.7 |
| **5** | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 43,2 | 5.49 |
| **6** | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 | 1.80 |
| **7** | **Итого на завтрак** | **700** | **25,94** | **27,43** | **120,36** | **785,40** | **46.58** |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |

**ПОЛДНИК 1-11 классов обучающихся ,чьи родители призваны на Военную службу(ОВЗ)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность, Ккал.** | **Стоимость блюда, руб, коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **1** |  |  |  |  |  |  |  |
| **2** |  |  |  |  |  |  |  |
| **3** |  |  |  |  |  |  |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  |  |  |  |  |  |

**ОБЕД 1-4 классов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность, Ккал.** | **Стоимость блюда, руб,коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **1** | Салат из св. огурцов и помидоров | 100 | 1,4 | 4,1 | 3,3 | 74,2 | 17 |
| **2** | Суп из овощей с фасолью | 250 | 9,27 | 8,64 | 14,60 | 173,96 | 9.74 |
| **3** | Рис отварной | 200 | 4,87 | 7,17 | 48,80 | 279,60 | 12.39 |
| **4** | Гуляш из мяса птицы | 100 | 12,55 | 12,99 | 4,01 | 221,00 | 43.77 |
| **5** | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 132,8 | 4.5 |
| **6** | Фрукт (сезонный) апельсин | 200 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | 68,3 | 33 |
| **7** | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 43,2 | 5.49 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 | 1.8 |
|  | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,8 | 16 |
| **8** | **Итого на обед** | **1170** | **34,73** | **40,09** | **150.45** | **1096.16** | **143/69** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность, Ккал.** | **Стоимость блюда, руб,коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **1** | Винегрет с растительным маслом  | 100 | 1,04 | 10.04 | 7.29 | 125.1 | 0.78 |
| **2** | Суп из овощей с фасолью | 250 | 9,27 | 8,64 | 14,60 | 173,96 | 9.74 |
| **3** | Рис отварной | 200 | 4,87 | 7,17 | 48,80 | 279,60 | 12.39 |
| **4** | Гуляш из мяса птицы | 100 | 12,55 | 12,99 | 4,01 | 221,00 | 43.77 |
| **5** | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 132,8 | 4.5 |
| **6** | Фрукт (сезонный) яблоко | 130 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | 68,3 | 15.6 |
| **8** | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 43,2 | 5.49 |
| **9** | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 | 1.8 |
|  | **Итого на обед** | **1170** | **34,73** | **40,09** | **150.45** | **1096.16** | **71.18** |

 **ОБЕД 5-11 классов**

Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Талызин В.В

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Салат из св. огурцов и помидоров | 100 | 1,4 | 4,1 | 3,3 | 74,2 |