Утверждаю: Директор: Талызина Т.С.

Наименование организации: «МБОУ Архаровскаяоош»

 **Меню на «03» октября 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 квашенной капусты | 100 | 1,7 | 5 | 8,45 | 85,7 | 0.54 |
| **2** | Каша рассыпчатая гречневая | 200 | 8,6 | 6,09 | 38,64 | 243,75 | 12.14 |
| **3** | Котлеты рубленые из птицы | 100 | 12,13 | 17,4 | 9,86 | 245 | 35 |
| **4** | Кисель  | 200 | 0 | 0 | 39,4 | 160 | 3.7 |
| **6** | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 43,2 | 5.49 |
| **7** | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 | 1.80 |
| 8 | **Итого на завтрак** | **760** | **31,27** | **37,75** | **151,94** | **984,85** | **56.49** |

**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** | Винегрет овощной с растительным маслом | 100 | 1,04 | 10,04 | 7,29 | 125,1 | 1.49 |
| **2** | Рассольник ленинградский | 250 | 2,82 | 5,29 | 11,98 | 142,25 | 10.15 |
| **3** | Плов из птицы | 210 | 20,3 | 17 | 35,69 | 377 | 35.19 |
| **4** | Кисломолочный напиток снежок | 200 | 2.3 | 8 | 16.6 | 148 | 20.88 |
| **5** | Фрукт (сезонный) груша | 200 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | 68,3 | 38 |
| **6** | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 43,2 | 5.49 |
| **7** | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 | 1.80 |
|  | Булочка полезная | 100 | 8 | 4 | 49 | 260 | 24 |
|  | **Итого на обед** | **980** | **32,77** | **32,23** | **96,67** | **798,11** | **137** |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность, Ккал.** | **Стоимость блюда, руб,коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **2** | Винегрет овощной с растительным маслом | 100 | 1,04 | 10,04 | 7,29 | 125,1 | 1.49 |
| **3** | Рассольник ленинградский | 250 | 2,82 | 5,29 | 11,98 | 142,25 | 10.15 |
| **4** | Плов из птицы | 210 | 20,3 | 17 | 35,69 | 377 | 35.19 |
| **5** | Чай с лимоном | 200 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 | 4.6 |
| **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 | 1.80 |
|  | **Итого на обед** | **980** | **32,77** | **32,23** | **96,67** | **798,11** | **56.54** |

 **ОБЕД 5-11 классов**

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