Утверждаю: Директор: Талызина Т.С.

Наименование организации: «МБОУ Архаровскаяоош»

**Меню на «07» 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 с зеленым горошком | 100 | 8,9 | 6,8 | 24.73 | 187,24 | 3.36 |
| **2** | Каша манная молочная | 210 | 6,11 | 10,72 | 32,38 | 251 | 16.48 |
| **3** | Чай с лимоном | 200 | 0,13 | 0,02 | 15.2 | 62 | 2.87 |
| **4** | Бутерброд с сыром и сливочным маслом | 50 | 5,8 | 8,3 | 14,83 | 157 | 20.79 |
| **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 | 1.8 |
|  | **Итого на завтрак** | **830** | **30,97** | **28,29** | **114,96** | **791,80** | **50.79** |

**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** |  |  |  |  |  |  |  |
| **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** | Икра из кабачков | 100 | 0.9 | 8,9 | 7,7 | 115 | 3.49 |
| **2** | Суп крестьянский с крупой | 250 | 2,28 | 5,12 | 6,09 | 111,25 | 10.52 |
| **3** | Каша рассыпчатая гречневая | 180 | 4.32 | 5.19 | 45.04 | 121 | 7,44 |
| **4** | Мясо тушеное | 100 | 23.46 | 25.82 | 0.5 | 328 | 24,75 |
| **5** | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,8 | 10 |
| **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 | 1.8 |
| **8** | Икра из кабачков | 100 | 0.9 | 8,9 | 7,7 | 115 | 3.49 |
|  | Фрукт (сезонный) апельсин | 350 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | 68,3 | 57.75 |
|  | Булочка полезная | 100 |  | 4 | 49 | 260 | 16 |
|  | **Итого:** | **1050** |  | **56,13** | **131,76** | **1156,04** | **155.68** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | **Стоимость блюда, руб,коп.** |
| **белки** | 8 | **углеводы** |
| **2** | Икра из кабачков | 100 | 0.9 | **47,22** | 7,7 | 115 | 3.49 |
| **3** | Суп крестьянский с крупой | 250 | 2,28 | 5,12 | 6,09 | 111,25 | 10.52 |
| **4** | Каша рассыпчатая гречневая | 180 | 4.32 | 5.19 | 45.04 | 121 | 7,44 |
| **5** | Мясо тушеное | 100 | 23.46 | 25.82 | 0.5 | 328 | 24,75 |
| **8** | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,8 | 10 |
|  | 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 |
|  | **Итого на обед** | **1050** | **47,22** | **56,13** | **131,76** | **1156,04** | **61.15** |

**ОБЕД 5-11 классов**

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

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Каша рассыпчатая гречневая | 180 | 4.32 | 5.19 | 45.04 | 121 | 7,44 |
| Мясо тушеное | 100 | 23.46 | 25.82 | 0.5 | 328 | 24,75 |