Утверждаю: Директор: Талызина Т.С.

Наименование организации: «МБОУ Архаровскаяоош»

**Меню на «09» 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 свеклы с зеленым горошком | 100 | 1,65 | 4,12 | 7,29 | 72,9 | 3.36 |
| **2** | Каша пшенная молочная с маслом | 210 | 7,51 | 11,72 | 37,05 | 285 |  |
| **3** | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |  |
| **5** | Булочка полезная | 100 | 8 | 4 | 49 | 260 | 5.49 |
| 6 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 43,2 | 1.8 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |  |
|  | **Итого на завтрак** | **680** | **24,67** | **28,62** | **154,28** | **921,3** |  |

**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** | Салат витаминный с кукурузой | 100 | 4,14 | 8,02 | 10,95 | 198,93 | 3.49 |
| **2** | Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне | 250 | 3,37 | 2,98 | 15.70 | 144 | 11.07 |
| **3** | Рис отварной | 150 | 3,65 | 5,37 | 36,68 | 209,70 | 12.39 |
| **4** | Гуляш из мяса птицы | 100 | 14,55 | 16,79 | 2,89 | 221 | 43.77 |
| **5** | Кисель | 200 | 0,11 | 0,12 | 25,09 | 119,2 | 3.7 |
| **7** | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 43,2 | 5.49 |
| **8** | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 | 1.8 |
|  | Фрукт (сезонный) груша | 200 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | 68,3 | 38 |
|  | Иогурт | 95 | 2.3 | 8 | 16.6 | 148 | 35 |
|  | **Итого:** | **1050** | **47,22** | **56,13** | **131,76** | **1156,04** | **154.71** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | **Стоимость блюда, руб,коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **1** | Салат витаминный с кукурузой | 100 | 4,14 | 8,02 | 10,95 | 198,93 | 3.49 |
| **2** | Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне | 250 | 3,37 | 2,98 | 15.70 | 144 | 11.07 |
| **3** | Рис отварной | 150 | 3,65 | 5,37 | 36,68 | 209,70 | 12.39 |
| **4** | Гуляш из мяса птицы | 100 | 14,55 | 16,79 | 2,89 | 221 | 43.77 |
| **5** | Кисель | 200 | 0,11 | 0,12 | 25,09 | 119,2 | 3.7 |
| **6** | Фрукт (сезонный) яблоко | 130 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | 68,3 | 15.6 |
| **7** | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 43,2 | 5.49 |
| **8** | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 | 1.8 |
|  | **Итого на обед** | **980** | **35,25** | **36,06** | **101,56** | **1013,53** | **67.23** |

**ОБЕД 5-11 классов**

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 2.3 | 8 | 16.6 | 148 |