



Утверждаю:

Директор МБОУ "СОШ № 81 ___"

Шадрина И.В.

**МЕНЮ
на 23 января 2025 г.**

День: четвертый Неделя: вторая

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего	ды, г		

ЗАВТРАК для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

129-08	Каша овсяная "Геркулес" молочная	200	8,71	11,10	24,92	235,05	35,31
106	Запеканка из творога со сгущ/молоком	60/10	7,40	8,11	14,76	193,53	39,79
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	2,66
тгк	Хлеб пшеничный	40	2,85	0,28	18,85	89,57	3,24
Итого за 'Завтрак'		510	19,15	19,53	67,75	554,03	81,00

ОБЕД для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)

37/1	Салат из свёклы с сыром	60	2,92	4,79	5,06	72,67	17,32
44	Агырчи шьд с отварным мясом кур	200/9	3,76	5,52	13,34	135,13	21,81
179В	Котлета "Донская" (кур)	90	13,12	9,91	12,54	190,97	52,31
106-13	Каша рисовая вязкая	150	2,26	2,97	23,70	130,90	11,38
102В	Напиток "Витаминный"	200	0,39	0,13	22,83	88,47	14,41
тгк	Хлеб пшеничный	30	2,14	0,21	14,14	67,18	2,43
тгк	Хлеб ржаной	25	1,55	0,26	9,49	44,18	1,84
Итого за 'Обед'		764	26,14	23,79	101,10	729,49	121,50

КОМПЛЕКС бесплатного питания для м/о, м/д, ТЖС (81,00 руб)

44	Агырчи шьд	200	2,76	5,25	11,30	106,90	12,84
179В	Котлета "Донская" (кур)	75	10,93	8,26	10,45	159,14	43,59
106-13	Каша рисовая вязкая	190	2,86	3,76	30,02	165,80	14,41
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	6,11
тгк	Хлеб пшеничный	30	2,14	0,21	14,14	67,18	2,43
тгк	Хлеб ржаной	22	1,36	0,23	8,35	38,88	1,62
Итого за 'Комплекс'		717	20,30	17,76	88,33	593,50	81,00

Зав. производством:

Мошкина Г.Ф.

Ответственный по питанию:

Семибратова Е.Н.