

Согласовано:  
Директор МБОУ "СОШ № 89"

С.А.Корогаева

**МЕНЮ**

**на 30 января 2025 г.**

День: четвёртый Неделя: первая

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки г	Жиры г	Углево-	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего	ды г		
<b>ЗАВТРАК для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)</b>							
164/1В	Котлета "Московская" (гов,свин)	70	7,71	9,03	12,26	126,26	50,87
106	Каша гречневая вязкая	180	6,01	6,09	21,24	164,71	9,96
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	6,11
тгк	Кекс для детского питания (хл/зав)	28	1,70	4,16	10,68	124,04	10,00
тгк	Хлеб пшеничный	50	3,57	0,36	23,57	111,96	4,06
<b>Итого за 'Завтрак '</b>		<b>528</b>	<b>19,23</b>	<b>19,69</b>	<b>81,82</b>	<b>582,57</b>	<b>81,00</b>

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

576 Т	Огурец соленый (нарезка)	60	0,45	0,05	1,37	7,96	14,84
39	Борщ с капустой, картофелем, сметаной и отварным мясом кур	200/15	3,23	7,00	17,98	138,82	29,41
81	Фрикадельки "Петушок" (кур)	90	13,05	13,29	15,47	233,52	58,87
106-13	Каша пшеничная вязкая	150	4,88	3,23	34,52	169,50	7,92
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	5,75
тгк	Хлеб пшеничный	31	2,21	0,21	14,61	69,41	2,51
тгк	Хлеб ржаной	30	1,86	0,32	11,39	53,01	2,20
<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>776</b>	<b>25,89</b>	<b>24,11</b>	<b>108,76</b>	<b>723,48</b>	<b>121,50</b>

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

39	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	2,57	5,87	13,95	115,94	14,38
81	Фрикадельки "Петушок" (кур)	70	10,15	10,34	12,03	181,63	45,79
106-13	Каша пшеничная вязкая	200	6,51	4,31	46,03	226,00	10,56
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	5,75
тгк	Хлеб пшеничный	35	2,50	0,25	16,50	78,37	2,83
тгк	Хлеб ржаной	23	1,43	0,24	8,73	40,64	1,69
<b>Итого за 'Комплекс '</b>		<b>728</b>	<b>23,37</b>	<b>21,01</b>	<b>110,66</b>	<b>693,83</b>	<b>81,00</b>

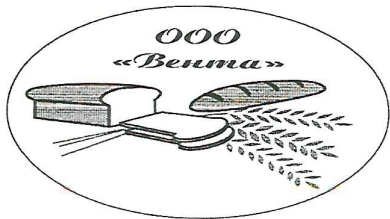
**КОМПЛЕКС стоимостью 120 руб. 00 коп. для 5-11 классов**

576 Т	Огурец соленый (нарезка)	60	0,45	0,05	1,37	7,96	14,84
39	Борщ с капустой, картофелем,	200/15	3,23	7,00	17,98	138,82	29,41
81	Фрикадельки "Петушок" (кур)	90	13,05	13,29	15,47	233,52	58,87
106-13	Каша пшеничная вязкая	150	4,88	3,23	34,52	169,50	7,92
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	5,75
тгк	Хлеб пшеничный	40	2,86	0,27	18,86	89,57	3,21
<b>Итого за 'Комплекс '</b>		<b>755</b>	<b>24,68</b>	<b>23,85</b>	<b>101,62</b>	<b>690,62</b>	<b>120,00</b>

Зав. производством:

Ответственный по питанию:

С.А.Гавшина



Согласовано:

Директор МБОУ: "СОШ № 89"

С.А.Корогаева



# МЕНЮ

на 30 января 2025 г.

День: четвертый Неделя: первая

## Возрастная категория: дети с овз 7-11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
<b>Завтрак</b>							
127-08	Каша пшенная молочная вязкая со слив/маслом	200/10	8,21	8,91	40,74	292,02	30,74
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	6,11
тгк	Хлеб пшеничный	50	3,57	0,35	23,57	111,96	4,05
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>460</b>	<b>12,02</b>	<b>9,31</b>	<b>78,38</b>	<b>459,58</b>	
<b>Обед</b>							
576 Т	Огурец соленый (нарезка)	60	0,45	0,05	1,37	7,96	14,84
39	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	2,57	5,87	13,95	115,94	14,38
81	Фрикадельки "Петушок" (кур)	70	10,15	10,34	12,03	181,63	45,79
468	Гороховое пюре	150	6,05	8,78	47,89	253,79	18,14
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	5,75
тгк	Хлеб пшеничный	30	2,14	0,21	14,14	67,18	2,42
тгк	Хлеб ржаной	26	1,61	0,27	9,87	45,95	1,90
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>736</b>	<b>23,18</b>	<b>25,53</b>	<b>112,67</b>	<b>723,68</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>35,20</b>	<b>34,84</b>	<b>191,05</b>	<b>1183,27</b>	<b>144,12</b>

## Возрастная категория: дети с овз 12-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
<b>Завтрак</b>							
127-08	Каша пшенная молочная вязкая	250	9,77	10,61	48,50	347,64	36,59
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	6,11
тгк	Хлеб пшеничный	50	3,57	0,35	23,57	111,96	4,05
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>500</b>	<b>13,58</b>	<b>11,01</b>	<b>86,14</b>	<b>515,21</b>	
<b>Обед</b>							
576 Т	Огурец соленый (нарезка)	60	0,45	0,05	1,37	7,96	14,84
39	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	3,21	7,34	17,44	144,93	17,92
81	Фрикадельки "Петушок" (кур)	70	10,15	10,34	12,03	181,63	45,79
468	Гороховое пюре	190	7,66	11,12	60,66	321,47	22,98
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	5,75
тгк	Хлеб пшеничный	27	1,93	0,19	12,73	60,46	2,18
тгк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	1,47
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>817</b>	<b>24,86</b>	<b>29,26</b>	<b>125,24</b>	<b>803,03</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>38,44</b>	<b>40,26</b>	<b>211,38</b>	<b>1318,23</b>	<b>157,68</b>

Заведующая производством:

Ответственная по питанию:

/С.А.Гавшина