

## Меню на 5 сентября 2023г.

### Завтрак для обучающихся всех начальных классов

| № рец            | Прием пищи, наименование блюда | масса порции | Пищевые ценности (г) |       |       | энерг. цен. (ккал) |
|------------------|--------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|--------------------|
|                  |                                |              | Б                    | Ж     | У     |                    |
| Завтрак          |                                |              |                      |       |       |                    |
| 131,79           | плов из мяса птицы             | 200          | 16,9                 | 15,78 | 41,44 | 399,78             |
| 13               | яйцо отварное                  | 40           | 2,1                  | 1,9   | 0,1   | 49,6               |
| 365              | масло сливочное                | 8            | 0,08                 | 5,7   | 0,08  | 52,8               |
| 294              | чай с лимоном и сахаром        | 207          | 0,07                 | 0,01  | 15,31 | 62,62              |
| 420,02           | хлеб пшеничный                 | 50           | 4                    | 0,5   | 27,5  | 130                |
| 476,01           | кисломолочный продукт          | 100          | 3,2                  | 3,2   | 4,5   | 62                 |
| итого за завтрак |                                | 605          | 26,35                | 27,09 | 88,93 | 756,8              |

### Завтрак для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей 5-11 классов

| № рец            | Прием пищи, наименование блюда | масса порции | Пищевые ценности (г) |       |       | энерг. цен. (ккал) |
|------------------|--------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|--------------------|
|                  |                                |              | Б                    | Ж     | У     |                    |
| Завтрак          |                                |              |                      |       |       |                    |
| 131              | плов из мяса птицы (филе)      | 250          | 21,12                | 19,72 | 51,8  | 499,72             |
| 13               | яйцо отварное                  | 40           | 2,1                  | 1,9   | 0,1   | 49,6               |
| 365              | масло сливочное                | 8            | 0,08                 | 5,7   | 0,08  | 52,8               |
| 294              | чай с лимоном и сахаром        | 207          | 0,07                 | 0,01  | 15,31 | 62,62              |
| 420,02           | хлеб пшеничный                 | 50           | 4                    | 0,5   | 27,5  | 130                |
| 476,01           | кисломолочный продукт          | 100          | 3,2                  | 3,2   | 4,5   | 62                 |
| итого за завтрак |                                | 655          | 30,57                | 31,03 | 99,29 | 856,74             |

### Завтрак для обучающихся, чьи родители участники СВО

| № рец            | Прием пищи, наименование блюда | масса порции | Пищевые ценности (г) |       |       | энерг. цен. (ккал) |
|------------------|--------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|--------------------|
|                  |                                |              | Б                    | Ж     | У     |                    |
| Завтрак          |                                |              |                      |       |       |                    |
| 131              | плов из мяса птицы (филе)      | 250          | 21,12                | 19,72 | 51,8  | 499,72             |
| 13               | яйцо отварное                  | 40           | 2,1                  | 1,9   | 0,1   | 49,6               |
| 365              | масло сливочное                | 8            | 0,08                 | 5,7   | 0,08  | 52,8               |
| 294              | чай с лимоном и сахаром        | 207          | 0,07                 | 0,01  | 15,31 | 62,62              |
| 420,02           | хлеб пшеничный                 | 50           | 4                    | 0,5   | 27,5  | 130                |
| 476,01           | кисломолочный продукт          | 100          | 3,2                  | 3,2   | 4,5   | 62                 |
| итого за завтрак |                                | 655          | 30,57                | 31,03 | 99,29 | 856,74             |

## Завтрак для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса

| № рец            | Прием пищи, наименование блюда | масса порции | Пищевые ценности (г) |       |       | энерг. цен. (ккал) |
|------------------|--------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|--------------------|
|                  |                                |              | Б                    | Ж     | У     |                    |
| Завтрак          |                                |              |                      |       |       |                    |
| 131              | плов из мяса птицы (филе)      | 250          | 21,12                | 19,72 | 51,8  | 499,72             |
| 294              | чай с лимоном и сахаром        | 207          | 0,07                 | 0,01  | 15,31 | 62,62              |
| 420,02           | хлеб пшеничный                 | 50           | 4                    | 0,5   | 27,5  | 130                |
| итого за завтрак |                                | 507          | 25,19                | 20,23 | 94,61 | 692,34             |

## Завтрак и обед для обучающихся с ОВЗ и для детей -инвалидов 1-4 классов

| № рец            | Прием пищи, наименование блюда | масса порции | Пищевые ценности (г) |       |        | энерг. цен. (ккал) |
|------------------|--------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------|
|                  |                                |              | Б                    | Ж     | У      |                    |
| Завтрак          |                                |              |                      |       |        |                    |
| 131,79           | плов из мяса птицы             | 200          | 16,9                 | 15,78 | 41,44  | 399,78             |
| 13               | яйцо отварное                  | 40           | 2,1                  | 1,9   | 0,1    | 49,6               |
| 365              | масло сливочное                | 8            | 0,08                 | 5,7   | 0,08   | 52,8               |
| 294              | чай с лимоном и сахаром        | 207          | 0,07                 | 0,01  | 15,31  | 62,62              |
| 420,02           | хлеб пшеничный                 | 50           | 4                    | 0,5   | 27,5   | 130                |
| 476,01           | кисломолочный продукт          | 100          | 3,2                  | 3,2   | 4,5    | 62                 |
| итого за завтрак |                                | 455          | 19,15                | 23,39 | 56,93  | 564,8              |
| обед             |                                |              |                      |       |        |                    |
| 1                | винегрет овощной               | 60           | 0,75                 | 6,08  | 4,99   | 77,56              |
| 39               | суп картофельный с клецками    | 200          | 2,1                  | 2,8   | 14,4   | 93                 |
| 305,11           | витаминизированный кисель      | 200          |                      |       | 23,5   | 95                 |
| 420,02           | хлеб пшеничный                 | 40           | 3,2                  | 0,4   | 18,4   | 104                |
| 421,11           | хлеб ржано-пшеничный           | 40           | 3,2                  | 0,4   | 18,4   | 88                 |
| итого за обед    |                                | 540          | 9,25                 | 9,68  | 79,69  | 457,56             |
| итого за день    |                                | 995          | 52,56                | 44,75 | 203,04 | 1434,45            |

## Завтрак и обед для обучающихся с ОВЗ и для детей -инвалидов 5-11 классов

| № рец            | Прием пищи, наименование блюда | масса порции | Пищевые ценности (г) |       |        | энерг. цен. (ккал) |
|------------------|--------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------|
|                  |                                |              | Б                    | Ж     | У      |                    |
| Завтрак          |                                |              |                      |       |        |                    |
| 131              | плов из мяса птицы (филе)      | 250          | 21,12                | 19,72 | 51,8   | 499,72             |
| 13               | яйцо отварное                  | 40           | 2,1                  | 1,9   | 0,1    | 49,6               |
| 365              | масло сливочное                | 8            | 0,08                 | 5,7   | 0,08   | 52,8               |
| 294              | чай с лимоном и сахаром        | 207          | 0,07                 | 0,01  | 15,31  | 62,62              |
| 420,02           | хлеб пшеничный                 | 50           | 4                    | 0,5   | 27,5   | 130                |
| 476,01           | кисломолочный продукт          | 100          | 3,2                  | 3,2   | 4,5    | 62                 |
| итого за завтрак |                                | 505          | 23,37                | 27,33 | 67,29  | 664,74             |
| Обед             |                                |              |                      |       |        |                    |
| 1                | винегрет овощной               | 60           | 0,75                 | 6,08  | 4,99   | 77,56              |
| 39               | суп картофельный с клецками    | 250          | 2,5                  | 3,4   | 17,3   | 111                |
| 305,11           | витаминизированный кисель      | 200          |                      |       | 23,5   | 95                 |
| 420,02           | хлеб пшеничный                 | 40           | 3,2                  | 0,4   | 18,4   | 104                |
| 421,11           | хлеб ржано-пшеничный           | 40           | 3,2                  | 0,4   | 18,4   | 88                 |
| итого за обед    |                                | 590          | 9,65                 | 10,28 | 82,59  | 475,56             |
| итого за день    |                                | 1095         | 52,56                | 44,75 | 203,04 | 1434,45            |

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Шархмуллина И.А.