

## Меню на 23 мая 2024г.

### Завтрак для обучающихся всех начальных классов

| № рец            | Прием пищи, наименование блюда            | масса порции | Пищевые ценности (г) |       |       | энергет. цен. (ккал) |
|------------------|-------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|----------------------|
|                  |                                           |              | Б                    | Ж     | У     |                      |
| Завтрак          |                                           |              |                      |       |       |                      |
| 56,13            | Борщ с капустой и картофелем со сметаной  | 208          | 2,03                 | 5,67  | 10,16 | 100,62               |
| 145              | запеканка из творога со сгущенным молоком | 170          | 23,37                | 8,57  | 21,09 | 259,1                |
| 296              | чай с молоком                             | 200          | 1,4                  | 1,6   | 17,34 | 89,32                |
| 1                | хлеб пшеничный                            | 30           | 2,43                 | 0,3   | 14,64 | 72,6                 |
|                  | яблоко                                    | 125          | 0,4                  | 0,4   | 9,8   | 47                   |
| итого за завтрак |                                           | 733          | 29,63                | 16,54 | 73,03 | 568,64               |

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

| № рец            | Прием пищи, наименование блюда            | масса порции | Пищевые ценности (г) |      |        | энергет. цен. (ккал) |
|------------------|-------------------------------------------|--------------|----------------------|------|--------|----------------------|
|                  |                                           |              | Б                    | Ж    | У      |                      |
| Завтрак          |                                           |              |                      |      |        |                      |
| 56,13            | Борщ с капустой и картофелем со сметаной  | 260          | 1,6                  | 4,53 | 8,12   | 80,49                |
| 145              | запеканка из творога со сгущенным молоком | 170          | 23,37                | 8,57 | 21,09  | 259,1                |
| 296              | чай с молоком                             | 200          | 1,4                  | 1,6  | 17,34  | 89,32                |
| 420,06           | Хлеб пшеничный                            | 50           | 4                    | 0,5  | 27,5   | 130                  |
|                  | яблоко                                    | 125          | 0,4                  | 0,4  | 9,8    | 47                   |
| 39               | фрикадельки мясные                        | 44           | 11                   | 8    | 10     | 80,49                |
|                  | сок фруктовый в индивид.упаков. 0,2л      | 200          | 1                    | 0,2  | 20,2   | 92                   |
| итого за завтрак |                                           | 1049         | 42,77                | 23,8 | 114,05 | 778,4                |

### Завтрак для обучающихся, чьи родители участники СВО

| № рец            | Прием пищи, наименование блюда            | масса порции | Пищевые ценности (г) |      |        | энергет. цен. (ккал) |
|------------------|-------------------------------------------|--------------|----------------------|------|--------|----------------------|
|                  |                                           |              | Б                    | Ж    | У      |                      |
| Завтрак          |                                           |              |                      |      |        |                      |
| 56,13            | Борщ с капустой и картофелем со сметаной  | 260          | 1,6                  | 4,53 | 8,12   | 80,49                |
| 145              | запеканка из творога со сгущенным молоком | 170          | 23,37                | 8,57 | 21,09  | 259,1                |
| 296              | чай с молоком                             | 200          | 1,4                  | 1,6  | 17,34  | 89,32                |
| 420,06           | Хлеб пшеничный                            | 50           | 4                    | 0,5  | 27,5   | 130                  |
|                  | яблоко                                    | 125          | 0,4                  | 0,4  | 9,8    | 47                   |
| 39               | фрикадельки мясные                        | 44           | 11                   | 8    | 10     | 80,49                |
|                  | сок фруктовый в индивид.упаков. 0,2л      | 200          | 1                    | 0,2  | 20,2   | 92                   |
| итого за завтрак |                                           | 1049         | 42,77                | 23,8 | 114,05 | 778,4                |

### Завтрак для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса

| № рец            | Прием пищи, наименование блюда           | масса порции | Пищевые ценности (г) |       |       | энергет. цен. (ккал) |
|------------------|------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|----------------------|
|                  |                                          |              | Б                    | Ж     | У     |                      |
| Завтрак          |                                          |              |                      |       |       |                      |
| 56,13            | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 260          | 1,6                  | 4,53  | 8,12  | 80,49                |
| 296              | чай с молоком                            | 200          | 1,4                  | 1,6   | 17,34 | 89,32                |
| 420,02           | хлеб пшеничный                           | 50           | 4                    | 0,5   | 27,5  | 130                  |
| 39               | фрикадельки мясные                       | 44           | 11                   | 8     | 10    | 80,49                |
| итого за завтрак |                                          | 554          | 18                   | 14,63 | 62,96 | 380,3                |

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

| № рец         | Прием пищи, наименование блюда            | масса порции | Пищевые ценности (г) |       |        | энергетическая ценность (ккал) |
|---------------|-------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
|               |                                           |              | Б                    | Ж     | У      |                                |
| Завтрак       |                                           |              |                      |       |        |                                |
| 56,13         | Борщ с капустой и картофелем со сметаной  | 208          | 2,03                 | 5,67  | 10,16  | 100,62                         |
| 145           | запеканка из творога со сгущенным молоком | 170          | 23,37                | 8,57  | 21,09  | 259,1                          |
| 296           | чай с молоком                             | 200          | 1,4                  | 1,6   | 17,34  | 89,32                          |
| 1             | хлеб пшеничный                            | 30           | 2,43                 | 0,3   | 14,64  | 72,6                           |
|               | яблоко                                    | 150          | 0,4                  | 0,4   | 9,8    | 47                             |
| итого за обед |                                           | 758          | 29,63                | 16,54 | 73,03  | 568,64                         |
| Обед          |                                           |              |                      |       |        |                                |
| 302           | каша гречневая вязкая с маслом            | 155          | 4,77                 | 4,86  | 21,48  | 148,55                         |
| 445,35        | котлеты мясные с томатным соусом          | 90           | 9,87                 | 11,79 | 8,34   | 178,98                         |
| 294,01        | компот из свежих плодов                   | 200          | 0,16                 | 0,16  | 18,89  | 78,65                          |
| 1             | хлеб пшеничный                            | 30           | 2,43                 | 0,3   | 14,64  | 72,6                           |
| 421,11        | хлеб ржано-пшеничный                      | 40           | 3,2                  | 0,4   | 18,4   | 88                             |
| итого за обед |                                           | 515          | 20,43                | 17,51 | 81,75  | 566,78                         |
| итого за день |                                           | 1273         | 50,06                | 34,05 | 154,78 | 1135,42                        |

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

| № рец            | Прием пищи, наименование блюда            | масса порции | Пищевые ценности (г) |       |        | энергетическая ценность (ккал) |
|------------------|-------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
|                  |                                           |              | Б                    | Ж     | У      |                                |
| Завтрак          |                                           |              |                      |       |        |                                |
| 56,13            | Борщ с капустой и картофелем со сметаной  | 260          | 1,6                  | 4,53  | 8,12   | 80,49                          |
| 145              | запеканка из творога со сгущенным молоком | 170          | 23,37                | 8,57  | 21,09  | 259,1                          |
| 296              | чай с молоком                             | 200          | 1,4                  | 1,6   | 17,34  | 89,32                          |
| 420,06           | Хлеб пшеничный                            | 50           | 4                    | 0,5   | 27,5   | 130                            |
|                  | яблоко                                    | 125          | 0,4                  | 0,4   | 9,8    | 47                             |
| 39               | фрикадельки мясные                        | 44           | 11                   | 8     | 10     | 80,49                          |
| итого за завтрак |                                           | 849          | 41,77                | 23,6  | 93,85  | 686,4                          |
| Обед             |                                           |              |                      |       |        |                                |
| 302              | каша гречневая вязкая с маслом            | 207          | 4,77                 | 4,86  | 21,48  | 148,55                         |
| 445,35           | котлеты мясные с томатным соусом          | 90           | 9,87                 | 11,79 | 8,34   | 178,98                         |
| 294,01           | компот из свежих плодов                   | 200          | 0,16                 | 0,16  | 18,89  | 78,65                          |
| 420,02           | хлеб пшеничный                            | 50           | 4                    | 0,5   | 27,5   | 130                            |
| 421,11           | хлеб ржано-пшеничный                      | 40           | 3,2                  | 0,4   | 18,4   | 88                             |
|                  | сок фруктовый в индивид.упаков. 0,2л      | 200          | 1                    | 0,2   | 20,2   | 92                             |
| итого за обед    |                                           | 787          | 22                   | 17,71 | 94,61  | 624,18                         |
| итого за день    |                                           | 1636         | 63,77                | 41,31 | 188,46 | 1310,58                        |

Шеф-повар Шархмуллина И.А.