

## Меню на 14 февраля 2025г.

### Завтрак для обучающихся всех начальных классов

| № рец            | Прием пищи, наименование блюда | масса порции | Пищевые ценности (г) |       |       | энерг.цен. (ккал) |
|------------------|--------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-------------------|
|                  |                                |              | Б                    | Ж     | У     |                   |
| Завтрак          |                                |              |                      |       |       |                   |
| 16               | салат из моркови               | 60           | 0,66                 | 3,05  | 9,51  | 66,76             |
| 133              | картофельное пюре              | 170          | 4,3                  | 5,78  | 19,44 | 144,5             |
| МО7КБКК          | биточки мясные с соусом        | 90           | 12,08                | 11    | 10,15 | 171               |
| 287              | напиток Виташка                | 200          | 0                    | 0     | 1,5   | 3,2               |
| 1                | хлеб пшеничный обогащенный     | 15           | 1,19                 | 0,15  | 7,25  | 36,3              |
| 3                | хлеб ржаной                    | 15           | 0,74                 | 0,15  | 6,72  | 31,5              |
|                  | молочный шоколад Аленка        | 15           | 2,23                 | 4,99  | 8,02  | 80,7              |
| итого за завтрак |                                | 565          | 21,21                | 25,12 | 62,59 | 533,96            |

### Завтрак для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей 5-9 классов

| № рец            | Прием пищи, наименование блюда | масса порции | Пищевые ценности (г) |        |       | энерг. цен. (ккал) |
|------------------|--------------------------------|--------------|----------------------|--------|-------|--------------------|
|                  |                                |              | Б                    | Ж      | У     |                    |
| Завтрак          |                                |              |                      |        |       |                    |
| 16               | салат из моркови               | 100          | 1,1                  | 5,08   | 15,85 | 114,6              |
| 133              | картофельное пюре              | 200          | 5,06                 | 6,44   | 22,89 | 167,54             |
| МО7КБКК          | биточки мясные с соусом        | 90           | 12,08                | 11     | 10,15 | 171                |
| 271              | чай с сахаром                  | 200          | 0,08                 | 0,02   | 10,01 | 40,51              |
| 1                | хлеб пшеничный обогащенный     | 25           | 1,23                 | 0,25   | 11,2  | 52,5               |
| 3                | хлеб ржаной                    | 25           | 2,03                 | 0,25   | 12,2  | 60,5               |
| итого за завтрак |                                | 640          | 21,58                | 23,043 | 82,3  | 606,65             |

### Завтрак для обучающихся, питающихся за счет родительского вноса 5-9кл

| № рец            | Прием пищи, наименование блюда | масса порции | Пищевые ценности (г) |        |       | энерг. цен. (ккал) |
|------------------|--------------------------------|--------------|----------------------|--------|-------|--------------------|
|                  |                                |              | Б                    | Ж      | У     |                    |
| Завтрак          |                                |              |                      |        |       |                    |
| 16               | салат из моркови               | 100          | 1,1                  | 5,08   | 15,85 | 114,6              |
| 133              | картофельное пюре              | 200          | 5,06                 | 6,44   | 22,89 | 167,54             |
| МО7КБКК          | биточки мясные с соусом        | 90           | 12,08                | 11     | 10,15 | 171                |
| 271              | чай с сахаром                  | 200          | 0,08                 | 0,02   | 10,01 | 40,51              |
| 1                | хлеб пшеничный обогащенный     | 25           | 1,23                 | 0,25   | 11,2  | 52,5               |
| 3                | хлеб ржаной                    | 25           | 2,03                 | 0,25   | 12,2  | 60,5               |
| итого за завтрак |                                | 640          | 21,58                | 23,043 | 82,3  | 606,65             |

### Вариативное меню для обучающихся 10-11 классов

| № рец   | Прием пищи, наименование блюда | масса-<br>порции | Пищевые ценности (г) |       |       | энерг. цен.<br>(ккал) |
|---------|--------------------------------|------------------|----------------------|-------|-------|-----------------------|
|         |                                |                  | Б                    | Ж     | У     |                       |
| Завтрак |                                |                  |                      |       |       |                       |
| 21      | биточек из птицы с соусом      | 90               | 17,29                | 5,32  | 10,41 | 160,07                |
| 599     | фрикассе из птицы              | 90               | 14,64                | 4,47  | 3,90  | 110,55                |
| 593     | птица отварная                 | 90               | 24,92                | 12,87 | 0,12  | 216,46                |
| 332     | макароны отварные              | 210              | 7,06                 | 5,6   | 43,6  | 269,33                |
| 512     | рис припущенный                | 200              | 2,9                  | 10,2  | 25,9  | 269,4                 |
| 297     | каша гречневая вязкая          | 210              | 10,8                 | 9,2   | 47,86 | 318,5                 |
| 692     | напиток кофейный               | 200              | 3,8                  | 3,5   | 11,2  | 91                    |
| 13      | какао с молоком                | 200              | 3,2                  | 3,1   | 13,5  | 93                    |



|                  |                            |      |       |       |        |         |
|------------------|----------------------------|------|-------|-------|--------|---------|
| 10               | чай с молоком              | 200  | 1,4   | 1,4   | 11,2   | 61      |
| 1                | хлеб пшеничный обогащенный | 30   | 2,43  | 0,42  | 15,93  | 77,4    |
| 3                | хлеб ржаной обогащенный    | 30   | 2,4   | 0,33  | 13,89  | 68,1    |
| итого за завтрак |                            | 1550 | 90,84 | 56,41 | 197,51 | 1734,81 |

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

| № рец            | Прием пищи, наименование блюда        | масса порции | Пищевые ценности (г) |       |        | энерг. цен (ккал) |
|------------------|---------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------|
|                  |                                       |              | Б                    | Ж     | У      |                   |
| Завтрак          |                                       |              |                      |       |        |                   |
| 16               | салат из моркови                      | 60           | 0,66                 | 3,05  | 9,51   | 66,76             |
| 133              | картофельное пюре                     | 170          | 4,3                  | 5,78  | 19,44  | 144,5             |
| МО7КБКК          | биточки мясные с соусом               | 90           | 12,08                | 11    | 10,15  | 171               |
| 287              | напиток Виташка                       | 200          | 0                    | 0     | 1,5    | 3,2               |
| 1                | хлеб пшеничный обогащенный            | 15           | 1,19                 | 0,15  | 7,25   | 36,3              |
| 3                | хлеб ржаной                           | 15           | 0,74                 | 0,15  | 6,72   | 31,5              |
|                  | молочный шоколад Аленка               | 15           | 2,23                 | 4,99  | 8,02   | 80,7              |
| итого за завтрак |                                       | 565          | 21,21                | 25,12 | 62,59  | 533,96            |
| Обед             |                                       |              |                      |       |        |                   |
| 58               | суп картофельный с клецками           | 250          | 2,67                 | 4,26  | 13,68  | 102,25            |
| 142/40           | картофель тушеный с рыбными котлетами | 260          | 13,4                 | 16,26 | 30,26  | 360               |
| 282              | напиток из плодов шиповника           | 200          | 0,68                 | 0,28  | 29,62  | 136               |
| 1                | хлеб пшеничный обогащенный            | 20           | 1,62                 | 0,2   | 9,76   | 48,4              |
| 3                | хлеб ржаной                           | 30           | 0,7                  | 0,23  | 2,2    | 13,05             |
|                  | йогурт для детского питания           | 100          | 3,2                  | 3     | 9,2    | 80                |
| итого за обед    |                                       | 860          | 22,27                | 24,23 | 94,72  | 739,7             |
| итого за день    |                                       | 1425         | 43,48                | 49,35 | 157,31 | 1273,66           |

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

| № рец            | Прием пищи, наименование блюда        | масса порции | Пищевые ценности (г) |        |        | энерг. цен (ккал) |
|------------------|---------------------------------------|--------------|----------------------|--------|--------|-------------------|
|                  |                                       |              | Б                    | Ж      | У      |                   |
| Завтрак          |                                       |              |                      |        |        |                   |
| 16               | салат из моркови                      | 100          | 1,1                  | 5,08   | 15,85  | 114,6             |
| 133              | картофельное пюре                     | 200          | 5,06                 | 6,44   | 22,89  | 167,54            |
| МО7КБКК          | биточки мясные с соусом               | 90           | 12,08                | 11     | 10,15  | 171               |
| 271              | чай с сахаром                         | 200          | 0,08                 | 0,02   | 10,01  | 40,51             |
| 1                | хлеб пшеничный обогащенный            | 25           | 1,23                 | 0,25   | 11,2   | 52,5              |
| 3                | хлеб ржаной                           | 25           | 2,03                 | 0,25   | 12,2   | 60,5              |
| итого за завтрак |                                       | 640          | 21,58                | 23,043 | 82,3   | 606,65            |
| обед             |                                       |              |                      |        |        |                   |
| 58               | суп картофельный с клецками           | 250          | 2,67                 | 4,26   | 13,68  | 102,25            |
| 142/40           | картофель тушеный с рыбными котлетами | 260          | 13,4                 | 16,26  | 30,26  | 360               |
| 282              | напиток из плодов шиповника           | 200          | 0,68                 | 0,28   | 29,62  | 136               |
| 1                | хлеб пшеничный обогащенный            | 20           | 1,62                 | 0,2    | 9,76   | 48,4              |
| 3                | хлеб ржаной                           | 30           | 0,7                  | 0,23   | 2,2    | 13,05             |
|                  | йогурт для детского питания           | 100          | 3,2                  | 3      | 9,2    | 80                |
| итого за обед    |                                       | 860          | 22,27                | 24,23  | 94,72  | 739,7             |
| итого за день    |                                       | 1500         | 43,85                | 47,273 | 177,02 | 1346,35           |

Шеф-повар Шархмуллина И.А.