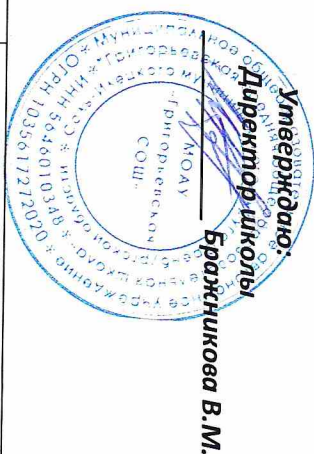


Сезон: весенне-летний
 Возрастная категория 12-18 лет

МЕНЮ



№ рецеп.	Наименование блюд	Выход	Энергетическая ценность				Витамины				Минералы			
			Белки	Жиры	Углев.	Ккал.	В1	С	А	Е	Кальций	Магний	Железо	
ЗАВТРАК 28.04.2025 г.														
54-25с	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	4,7	4,63	19,32	187,0	0,084	6,6	0	0,2	12,2	19,6	0,76	
54-3гн	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200	0,3	0	6,7	27,6	0	0,73	0	0,34	16,9	7,2	0,9	
ПРОМ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,91	0,82	12,65	66	0,02	0,04	0,01	0,2	6,4	3,9	0,27	
ПРОМ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,21	0,86	12,56	67	0,02	0,04	0,01	0,2	6,4	3,9	0,27	
	Итого:	530	9,12	6,31	51,23	347,6	0,124	7,41	0,02	0,94	41,9	34,6	2,2	

Сезон: весенне-летний
Возрастная категория 12-18 лет

МЕНЮ



№ пед.		Выход	Энергетическая ценность				Витамины				Минералы			
			Белки	Жиры	Углев.	Ккал.	В1	С	А	Р	Кальций	Магний	Железо	
ЗАВТРАК 28.04.2025 г.														
54-183	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	3,3	7,8	63,7	0,01	2,08	1,03	23,892	21,284	15,921	0,794	
54-11р	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (МИНТАЙ)	90	12,5	6,7	5,7	132,5	0,08	2,46	284,46	188,12	47,38	50,42	0,945	
54-1г	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	4,9	32,8	196,8	0,06	0	18,36	40,703	105,831	7,195	0,734	
54-3гн	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200	0,2	0,1	6,6	27,9	0	1,16	0,38	8,517	67,003	4,559	0,768	
ПРОМ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,3	17,2	82	0,04	0	0	22,75	7	4,9	0,385	
ПРОМ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,2	5	25,6	0,03	0	0	23,7	5,25	7,05	0,585	
ПРОМ	ФРУКТЫ (ЯБЛОКИ)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,03	10	5	11	16	9	2,2	
	Итого:	650	23	15,9	84,9	572,9	0,25	15,7	309,23	318,682	269,747	99,044	6,412	

Сезон: весенне-летний
Возрастная категория 7-11 лет

МЕНЮ



№ п.п.	Наименование блюд	Выход	Энергетическая ценность				Витамины			Минералы				
			Белки	Жиры	Углев.	Ккал.	В1	С	А	Р	Кальций	Магний	Железо	
ЗАВТРАК 28.04.2025 г.														
54-183	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	3,3	7,8	63,7	0,01	2,08	1,03	23,892	21,284	15,921	0,794	
54-11р	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (МИНТАЙ)	90	12,5	6,7	5,7	132,5	0,08	2,46	284,46	188,12	47,38	50,42	0,945	
54-1г	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	4,9	32,8	196,8	0,06	0	18,36	40,703	105,831	7,195	0,734	
54-3гн	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200	0,2	0,1	6,6	27,9	0	1,16	0,38	8,517	67,003	4,559	0,768	
ПРОМ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,3	17,2	82	0,04	0	0	22,75	7	4,9	0,385	
ПРОМ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,2	5	25,6	0,03	0	0	23,7	5,25	7,05	0,585	
ПРОМ	ФРУКТЫ (ЯБЛОКИ)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,03	10	5	11	16	9	2,2	
	Итого:	650	23	15,9	84,9	572,9	0,25	15,7	309,23	318,682	269,747	99,044	6,412	

Сезон: весенне-летний
Возрастная категория: дети с ОВЗ 12-18 лет

МЕНЮ

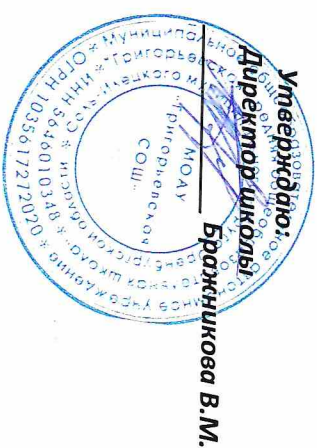
Утверждаю:
Директор школы
Бражникова В.М.



№ п/п	Наименование блюд	Выход г	Энергетическая ценность				Витамины				Минералы			
			Белки	Жиры	Углев.	Ккал.	В1	С	А	Е	Кальций	Магний	Железо	
1-ый ЗАВТРАК 28.04.2025 г.														
54-25с	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	7,14	3,72	18,48	135,82	0,04	3	35	0	34	34	2,2	
54-3гн	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200	0,3	0	6,7	27,6	0	0,73	0	0,34	16,9	7,2	0,9	
ПРОМ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,91	0,82	12,65	66	0,02	0,04	0,01	0,2	6,4	3,9	0,27	
2-ой ЗАВТРАК 28.04.2025 г.														
54-18з	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	11,56	8,4	30,09	234,73	0,4	4,05	0,01	7,91	73,66	56,78	5,48	
54-11р	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (МИНТАЙ)	90	21,68	24,21	6,74	331,53	0,018	7,5	0,04	0,2	4,2	6,0	0,27	
54-1г	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	6,7	7,2	46,7	276,9	0	0	33,3	0,4	89,3	12	0,9	
54-3гн	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200	0,3	0	6,7	27,6	0	0,73	0	0,34	16,9	7,2	0,9	
ПРОМ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,91	0,82	12,65	66	0,02	0,04	0,01	0,2	6,4	3,9	0,27	
ПРОМ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,21	0,86	12,56	67	0,02	0,04	0,01	0,2	6,4	3,9	0,27	
ПРОМ	ФРУКТЫ (ЯБЛОКИ)	100	0,4	0,4	9,8	45	0,02	165	0	0	16	9	2,2	
Итого:		1170	55,63	37,1	130,38	1021,61	2,942	40,18	101,06	1,55	102,7	161,6	6,71	

Сезон: весенне-летний
Возрастная категория 7-11 лет

МЕНЮ



№ п/п	Наименование блюда	Выход	Энергетическая ценность				Витамины			Минералы			
			Белки	Жиры	Углев.	Ккал.	В1	С	А	Р	Кальций	Магний	Железо
ОБЕД 28.04.2025 г.													
54-13	СЫР ТВЕРДЫХ СОРТОВ В НАРЕЗКЕ	40	9,3	11,8	0	143,3	0,02	0,28	104	200	352	14	0,4
54-183	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	3,3	7,8	63,7	0,01	2,08	1,03	23,892	21,284	15,921	0,794
54-25с	СУП ГОРОХОВЫЙ	200	6,5	2,8	14,9	110,9	0,14	4,01	121,01	76,343	26,539	27,661	1,411
54-11р	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (МИНТАЙ)	90	12,5	6,7	5,7	132,5	0,08	2,46	284,46	188,12	47,38	50,42	0,945
54-1г	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	4,9	32,8	196,8	0,06	0	18,36	40,703	105,831	7,195	0,734
54-3соус	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	20	0,7	0,5	1,8	14,1	0	0,54	25,63	4,772	1,846	2,448	0,102
54-3г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200	0,2	0,1	6,6	27,9	0	1,16	0,38	8,517	67,003	4,559	0,768
ПРОМ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,3	17,2	82	0,04	0	0	22,75	7	4,9	0,385
ПРОМ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,2	5	25,6	0,03	0	0	23,7	5,25	7,05	0,585
ПРОМ	ФРУКТЫ (ЯБЛОКИ)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,03	10	5	11	16	9	2,2
	Итого:	910	39,5	31	101,6	841,2	0,41	20,52	559,88	599,797	650,132	143,153	8,325