**« Утверждаю»**

**Директор МБОУ Сергеевская СОШ ПМО**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В.Старченко**

**Меню на 22.10.2025 г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюд | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | к/калории | Витамин С | Номер рецептуры | Цена |
| **(многодетные,**  **малообеспеченные , опекаемые) Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Винегрет овощной | 100 | 1,36 | 5,18 | 8,44 | 94,80 | 10,25 | 45 |  |
| Суп с вермишелью | 250 | 4,05 | 9,13 | 16,40 | 155,97 | 3,08 | 66 |  |
| Макароны отварные | 180 | 6,62 | 5,22 | 38,74 | 202,27 | 0 | 359 |  |
| Печень тушенная | 100 | 16,13 | 12,5 | 4,83 | 257,50 | 10,92 | 104 |  |
| Хлеб | 100 | 6,11 | 0,12 | 43,47 | 210,55 | 0 | 480 |  |
| Компот | 200 | 1,2 | 0,00 | 31,60 | 126 | 0,3 | 442 |  |
| **Итого:** |  |  |  |  |  |  |  | **105,00** |
| **1-4 класс (завтрак)** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Молоко | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,40 | 101,80 | 1,00 | 965 |  |
| Винегрет овощной | 60 | 0,72 | 3,71 | 5,06 | 56,91 | 6,15 | 45 |  |
| Макароны отварные | 150 | 5,32 | 4,52 | 26,45 | 168,56 | 0 | 359 |  |
| Печень тушенная | 90 | 11,08 | 10,00 | 3,86 | 184,00 | 10,92 | 104 |  |
| Хлеб | 60 | 1,89 | 0,24 | 28,90 | 125,32 | 0 | 480 |  |
| Компот | 200 | 1,2 | 0,00 | 31,60 | 126 | 0,3 | 442 |  |
| **Итого:** |  |  |  |  |  |  |  | **105,00** |
| **ДОВЗ 1-4 класс завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Молоко | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,40 | 101,80 | 1,00 | 965 |  |
| Печенье | 30 | 2,19 | 1,38 | 5,79 | 44,34 | 0,00 |  |  |
| Каша рисовая молочная | 150 | 4,51 | 6,81 | 26,74 | 172,88 | 0,54 | 193 |  |
| Хлеб | 100 | 6,1 | 4,5 | 30,45 | 186 | 0 | 480 |  |
| Кисель | 200 | 0,14 | 0,00 | 24,5 | 110,56 | 4,4 | 26 |  |
| яблоко | 100 | 0,40 | 0,4 | 9,80 | 44,40 | 10,00 | 338 |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Винегрет овощной | 60 | 0,81 | 3,09 | 5,06 | 56,88 | 6,15 | 45 |  |
| Суп с вермишелью | 200 | 3,24 | 7,34 | 13,12 | 124,77 | 2,46 | 66 |  |
| Макароны отварные | 150 | 5,51 | 4,35 | 32,28 | 168,56 | 0 | 359 |  |
| Печень тушенная | 90 | 12,90 | 10,00 | 3,84 | 206,00 | 8,23 | 104 |  |
| Хлеб | 60 | 3,66 | 2,04 | 21,93 | 132,18 | 0 | 480 |  |
| Компот | 200 | 1,2 | 0,00 | 31,60 | 126 | 0,3 | 442 |  |
| **Итого :** |  |  |  |  |  |  |  | **177,0** |
| **ДОВЗ 5-11 класс завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша рисовая молочная | 200 | 5,02 | 7,57 | 30,72 | 213,44 | 0,54 | 193 |  |
| Хлеб | 100 | 6,0 | 3,40 | 33,55 | 222 | 0 | 480 |  |
| Кисель | 200 | 0,14 | 0,00 | 27,50 | 110,56 | 4,4 | 26 |  |
| Печенье | 30 | 2,19 | 1,38 | 5,79 | 44,34 | 0,00 |  |  |
| Яблоко | 100 | 0,40 | 0,4 | 9,80 | 44,40 | 10,00 | 338 |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Винегрет овощной | 100 | 1,36 | 5,18 | 8,44 | 94,80 | 10,25 | 45 |  |
| Суп с вермишелью | 250 | 4,05 | 9,13 | 16,40 | 155,97 | 3,08 | 66 |  |
| Макароны отварные | 180 | 6,62 | 5,22 | 38,74 | 202,27 | 0 | 359 |  |
| Печень тушенная | 100 | 16,13 | 12,50 | 4,83 | 257,50 | 10,92 | 104 |  |
| Хлеб | 100 | 6,1 | 3,4 | 36,55 | 222,00 | 0 | 480 |  |
| Сок | 200 | 0,60 | 0 | 12,00 | 50,40 | 4,00 | 442 |  |
| **Итого :** |  |  |  |  |  |  |  | **177,00** |
| **СВО** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Винегрет овощной | 100 | 1,36 | 5,18 | 8,44 | 94,80 | 10,25 | 45 |  |
| Суп с вермишелью | 250 | 4,05 | 9,13 | 16,40 | 155,97 | 3,08 | 66 |  |
| Макароны отварные | 180 | 6,62 | 5,22 | 38,74 | 202,27 | 0 | 359 |  |
| Печень тушенная | 100 | 16,13 | 12,50 | 4,83 | 257,5 | 10,92 | 104 |  |
| Хлеб | 100 | 7,11 | 0,12 | 43,47 | 210,55 | 0 | 480 |  |
| Компот | 200 | 1,2 | 0,00 | 31,6 | 126 | 0,3 | 442 |  |
| **Итого :** |  |  |  |  |  |  |  | **105,00** |