УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «ПСОШ №2 ПМО»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.А. Жалнина

**Меню** 20 сентября пятница

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование меню | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | К/ калории | Витамин С, мг | Номер рецептуры | Цена |
| **Многодетные, малообеспеченные, опекаемые** | | | | | | | | |
| Салат «Степной» | 60 | 1,3 | 2,2 | 10,83 | 187,5 | 13,0 | 30 | 95,00 |
| Борщ | 250 | 6,3 | 7,24 | 18,39 | 132,4 | 11,3 | 110 |  |
| Рис отварной | 150 | 2,38 | 3,26 | 1,24 | 162,3 | 0,0 | 511 |  |
| Голень куриная | 100 | 13,1 | 13,6 | 34,7 | 114,25 | 0,0 | 637 |  |
| Компот из с/фруктов | 200 | 0,04 | 0,0 | 24,76 | 94,2 | 0,0 | 868 |  |
| Хлеб | 60 | 3,68 | 1,28 | 25,08 | 128,64 | 0,0 | 480 |  |
| Яблоко свежее | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | 10,0 | б/н |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Итого:95,00 |
| **Бесплатное питание. *Обед*** | | | | | | | | |
| Салат «Степной» | 60 | 1,36 | 2,75 | 8,44 | 144,8 | 9,5 | 45 | 95,00 |
| Рис отварной | 150 | 3,06 | 14,67 | 19,26 | 221,33 | 11,56 | 321 |  |
| Голень куриная | 100 | 21,1 | 13,6 | 0,0 | 206,25 | 0,0 | 637 |  |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 14,0 | 28,0 | 0,0 | 943 |  |
| Хлеб | 60 | 3,68 | 1,28 | 25,08 | 128,64 | 0,0 | 480 |  |
| Яблоко свежее | 100 | 6,4 | 5,6 | 43,7 | 249,9 | 0,2 | 88 |  |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 2,6 | 965 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Итого:95,00 |
| **ОВЗ 1-4 классы. *Завтрак*** | | | | | | | | |
| Яйцо с м/капустой | 150 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63,0 | 0,0 | 424 | 65,00 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 14,0 | 28,0 | 0,0 | 943 |  |
| Масло сливочное | 10 | 0,0 | 8,2 | 0,1 | 75,0 | 0,0 | 41 |  |
| Сыр порционно | 20 | 4,64 | 5,9 | 0,0 | 72,8 | 0,14 | 42 |  |
| Хлеб | 50 | 3,07 | 1,07 | 20,9 | 107,2 | 0,0 | 480 |  |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 2,6 | 965 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Итого:65,00 |
| **ОВЗ 1-4 классы. *Обед*** | | | | | | | | |
| Салат «Степной» | 60 | 1,3 | 2,2 | 10,83 | 187,5 | 13,0 | 30 | 95,00 |
| Борщ | 250 | 6,3 | 7,24 | 18,39 | 132,4 | 11,3 | 110 |  |
| Рис отварной | 150 | 2,38 | 3,26 | 1,24 | 162,3 | 0,0 | 511 |  |
| Голень куриная | 100 | 13,1 | 13,6 | 34,7 | 114,25 | 0,0 | 637 |  |
| Чай с сахаром | 200 | 0,04 | 0,0 | 24,76 | 94,2 | 0,0 | 868 |  |
| Хлеб | 60 | 3,68 | 1,28 | 25,08 | 128,64 | 0,0 | 480 |  |
| Яблоко свежее | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | 10,0 | б/н |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Итого:95,00 |
| **ОВЗ 5-11 классы. *Завтрак*** | | | | | | | | |
| Яйцо отварное | 200 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63,0 | 0,0 | 424 | 65,00 |
| Морская капуста | 80 | 1,0 | 0,17 | 0,5 | 8,3 | 6,7 | 62 |  |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 14,0 | 28,0 | 0,0 | 943 |  |
| Масло сливочное | 10 | 0,0 | 8,2 | 0,1 | 75,0 | 0,0 | 41 |  |
| Сыр порционно | 30 | 4,64 | 5,9 | 0,0 | 72,8 | 0,14 | 42 |  |
| Хлеб | 50 | 3,07 | 1,07 | 20,9 | 107,2 | 0,0 | 480 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Итого:65,00 |
| **ОВЗ 5-11 классы. *Обед*** | | | | | | | | |
| Салат «Степной» | 60 | 1,3 | 2,2 | 10,83 | 187,5 | 13,0 | 30 | 95,00 |
| Борщ | 250 | 6,3 | 7,24 | 18,39 | 132,4 | 11,3 | 110 |  |
| Рис отварной | 150 | 2,38 | 3,26 | 1,24 | 162,3 | 0,0 | 511 |  |
| Голень куриная | 100 | 13,1 | 13,6 | 34,7 | 114,25 | 0,0 | 637 |  |
| Чай с сахаром | 200 | 0,04 | 0,0 | 24,76 | 94,2 | 0,0 | 868 |  |
| Хлеб | 60 | 3,68 | 1,28 | 25,08 | 128,64 | 0,0 | 480 |  |
| Яблоко свежее | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | 10,0 | б/н |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Итого:95,00 |