**Перспективное десятидневное меню МБОУ «ПСОШ №2 ПМО»на 2025-2026 учебный год**

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «ПСОШ №2 ПМО»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.А. Жалнина

**Меню** 1 неделя понедельник

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование меню | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | К/ калории | Витамин С, мг | Номер рецептуры |
| **Многодетные, малообеспеченные, опекаемые, СВО.**  ***Обед*** | | | | | | | |
| Овощи свежие порционно (огурец) | 100 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 13,0 | 12,5 | 246 |
| Суп гороховый с курицей | 250 | 5,3 | 4,4 | 21,0 | 104,0 | 4,66 | 139 |
| Биточки из мяса птицы | 100 | 6,2 | 11,8 | 6,7 | 184,0 | 0,16 | 306 |
| Макароны отварные | 150 | 6,3 | 6,4 | 25,0 | 133,0 | 0,0 | 330 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Вафля | 30 | 1,77 | 1,41 | 14,0 | 110,0 | 0,0 | б/н |
| **1-4 кл. Бесплатное питание. *Обед*** | | | | | | | |
| Овощи свежие порционно (огурец) | 60 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 13,0 | 12,5 | 246 |
| Биточки из мяса птицы | 100 | 6,2 | 11,8 | 6,7 | 184,0 | 0,16 | 306 |
| Макароны отварные | 150 | 6,3 | 6,4 | 25,0 | 133,0 | 0,0 | 330 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Вафля | 30 | 1,77 | 1,41 | 14,0 | 110,0 | 0,0 | б/н |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Завтрак*** | | | | | | | |
| Молочная каша «Дружба» | 200 | 11,1 | 7,8 | 39,0 | 273,0 | 0,48 | 311 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Бутерброд с маслом | 30 | 3,6 | 8,5 | 9,7 | 124,0 | 0,0 | 1 |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 |
|  | | | | | | | |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Обед*** | | | | | | | |
| Овощи свежие порционно (огурец) | 60 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 13,0 | 12,5 | 246 |
| Суп гороховый с гренками | 250 | 5,3 | 4,4 | 21,0 | 104,0 | 4,66 | 139 |
| Биточки из мяса птицы | 100 | 6,2 | 11,8 | 6,7 | 184,0 | 0,16 | 306 |
| Макароны отварные | 150 | 6,3 | 6,4 | 25,0 | 133,0 | 0,0 | 330 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Вафля | 30 | 1,77 | 1,41 | 14,0 | 110,0 | 0,0 | б/н |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Завтрак*** | | | | | | | |
| Молочная каша «Дружба» | 250 | 11,1 | 7,8 | 39,0 | 273,0 | 0,48 | 311 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Бутерброд с маслом | 45 | 3,6 | 8,5 | 9,7 | 124,0 | 0,0 | 1 |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Обед*** | | | | | | | |
| Овощи свежие порционно (огурец) | 100 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 13,0 | 12,5 | 246 |
| Суп гороховый с гренками | 250 | 5,3 | 4,4 | 21,0 | 104,0 | 4,66 | 139 |
| Биточки из мяса птицы | 100 | 6,2 | 11,8 | 6,7 | 184,0 | 0,16 | 306 |
| Макароны отварные | 150 | 6,3 | 6,4 | 25,0 | 133,0 | 0,0 | 330 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Вафля | 30 | 1,77 | 1,41 | 14,0 | 110,0 | 0,0 | б/н |

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «ПСОШ №2 ПМО»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.А. Жалнина

**Меню** 1 неделя вторник

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование меню | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | К/ калории | Витамин С, мг | Номер рецептуры |
| **Многодетные, малообеспеченные, опекаемые, СВО.**  ***Обед*** | | | | | | | |
| Салат «Мозаика» | 100 | 0,9 | 4,5 | 5,5 | 68,0 | 1,29 | 24 |
| Борщ с курицей и сметаной | 250 | 5,63 | 2,82 | 2,8 | 136,0 | 15,07 | 82 |
| Голень запеченная | 100 | 7,92 | 11,6 | 5,6 | 225,0 | 0,02 | 301 |
| Каша гречневая | 150 | 5,6 | 6,8 | 40,0 | 122,0 | 0,0 | 297 |
| Компот из с/фруктов | 200 | 0,5 | 0,1 | 31,0 | 123,0 | 0,11 | 639 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10, | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Банан свежий | 150 | 1,5 | 0,5 | 21,0 | 96,0 | 10,0 | б/н |
| **1-4 кл. Бесплатное питание. *Обед*** | | | | | | | |
| Салат «Мозаика» | 60 | 0,9 | 4,5 | 5,5 | 68,0 | 1,29 | 24 |
| Голень запеченная | 100 | 7,92 | 11,6 | 5,6 | 225,0 | 0,02 | 301 |
| Каша гречневая | 150 | 5,6 | 6,8 | 40,0 | 122,0 | 0,0 | 297 |
| Компот из с/фруктов | 200 | 0,5 | 0,1 | 31,0 | 123,0 | 0,11 | 639 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10, | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Банан свежий | 150 | 1,5 | 0,5 | 21,0 | 96,0 | 10,0 | б/н |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Завтрак*** | | | | | | | |
| Макароны с тертым сыром | 200 | 12,3 | 15,3 | 33,0 | 318,0 | 0,13 | 333 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,24 | 15,0 | 70,5 | 0,0 | б/н |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Обед*** | | | | | | | |
| Салат «Мозаика» | 60 | 0,9 | 4,5 | 5,5 | 68,0 | 1,29 | 24 |
| Борщ с курицей и сметаной | 250 | 5,63 | 2,82 | 2,8 | 136,0 | 15,07 | 82 |
| Голень запеченная | 100 | 7,92 | 11,6 | 5,6 | 225,0 | 0,02 | 301 |
| Каша гречневая | 150 | 5,6 | 6,8 | 40,0 | 122,0 | 0,0 | 297 |
| Компот из с/фруктов | 200 | 0,5 | 0,1 | 31,0 | 123,0 | 0,11 | 639 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10, | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Банан свежий | 150 | 1,5 | 0,5 | 21,0 | 96,0 | 10,0 | б/н |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Завтрак*** | | | | | | | |
| Макароны с тертым сыром | 200 | 12,3 | 15,3 | 33,0 | 318,0 | 0,13 | 333 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,3 | 0,24 | 15,0 | 70,5 | 0,0 | б/н |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Обед*** | | | | | | | |
| Салат «Мозаика» | 100 | 0,9 | 4,5 | 5,5 | 68,0 | 1,29 | 24 |
| Борщ с курицей и сметаной | 250 | 5,63 | 2,82 | 2,8 | 136,0 | 15,07 | 82 |
| Голень запеченная | 100 | 7,92 | 11,6 | 5,6 | 225,0 | 0,02 | 301 |
| Каша гречневая | 150 | 5,6 | 6,8 | 40,0 | 122,0 | 0,0 | 297 |
| Компот из с/фруктов | 200 | 0,5 | 0,1 | 31,0 | 123,0 | 0,11 | 639 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10, | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Банан свежий | 150 | 1,5 | 0,5 | 21,0 | 96,0 | 10,0 | б/н |

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «ПСОШ №2 ПМО»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.А. Жалнина

**Меню** 1 неделя среда

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование меню | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | К/ калории | Витамин С, мг | Номер рецептуры |
| **Многодетные, малообеспеченные, опекаемые, СВО.**  ***Обед*** | | | | | | | |
| Салат из свежей капусты с кукурузой | 100 | 1,3 | 1,8 | 4,8 | 61,0 | 11,73 | 1 |
| Суп «Крестьянский» | 250 | 3,3 | 3,5 | 13,0 | 115,0 | 8,01 | 134 |
| Рыба запеченная | 100 | 9,03 | 14,2 | 8,5 | 145,0 | 3,35 | 230 |
| Рис отварной | 150 | 4,5 | 4,0 | 22,0 | 151,0 | 0,0 | 448 |
| Напиток из шиповника | 200 | 0,54 | 0,22 | 15,0 | 75,8 | 80,0 | б/н |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Печенье | 30 | 2,3 | 2,9 | 22,0 | 125,0 | 0,0 | б/н |
| **1-4кл. Бесплатное питание. *Обед*** | | | | | | | |
| Салат из свежей капусты с кукурузой | 60 | 1,3 | 1,8 | 4,8 | 61,0 | 11,73 | 1 |
| Рыба запеченная | 100 | 9,03 | 14,2 | 8,5 | 145,0 | 3,35 | 230 |
| Рис отварной | 150 | 4,5 | 4,0 | 22,0 | 151,0 | 0,0 | 448 |
| Напиток из шиповника | 200 | 0,54 | 0,22 | 15,0 | 75,8 | 80,0 | б/н |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Печенье | 30 | 2,3 | 2,9 | 22,0 | 125,0 | 0,0 | б/н |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Завтрак*** | | | | | | | |
| Сырники из творога со сгущенным молоком | 230 | 16,1 | 17,5 | 49,0 | 422,0 | 0,44 | 294 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,24 | 15,0 | 70,5 | 0,0 | б/н |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 |
|  | | | | | | | |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Обед*** | | | | | | | |
| Салат из свежей капусты с кукурузой | 60 | 1,3 | 1,8 | 4,8 | 61,0 | 11,73 | 1 |
| Суп «Крестьянский» | 250 | 3,3 | 3,5 | 13,0 | 115,0 | 8,01 | 134 |
| Рыба запеченная | 100 | 9,03 | 14,2 | 8,5 | 145,0 | 3,35 | 230 |
| Рис отварной | 150 | 4,5 | 4,0 | 22,0 | 151,0 | 0,0 | 448 |
| Напиток из шиповника | 200 | 0,54 | 0,22 | 15,0 | 75,8 | 80,0 | б/н |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Печенье | 30 | 2,3 | 2,9 | 22,0 | 125,0 | 0,0 | б/н |
|  | | | | | | | |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Завтрак*** | | | | | | | |
| Сырники из творога со сгущенным молоком | 250 | 16,1 | 17,5 | 49,0 | 422,0 | 0,44 | 294 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,3 | 0,24 | 15,0 | 70,5 | 0,0 | б/н |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Обед*** | | | | | | | |
| Салат из свежей капусты с кукурузой | 100 | 1,3 | 1,8 | 4,8 | 61,0 | 11,73 | 1 |
| Суп «Крестьянский» | 250 | 3,3 | 3,5 | 13,0 | 115,0 | 8,01 | 134 |
| Рыба запеченная | 100 | 9,03 | 14,2 | 8,5 | 145,0 | 3,35 | 230 |
| Рис отварной | 150 | 4,5 | 4,0 | 22,0 | 151,0 | 0,0 | 448 |
| Напиток из шиповника | 200 | 0,54 | 0,22 | 15,0 | 75,8 | 80,0 | б/н |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Печенье | 30 | 2,3 | 2,9 | 22,0 | 125,0 | 0,0 | б/н |

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «ПСОШ №2 ПМО»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.А. Жалнина

**Меню** 1 неделя четверг

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование меню | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | К/ калории | Витамин С, мг | Номер рецептуры | |
| **Многодетные, малообеспеченные, опекаемые, СВО.**  ***Обед*** | | | | | | | | |
| Салат из свежих помидоров | 100 | 0,5 | 2,8 | 2,2 | 28,0 | 3,42 | | 20 |
| Суп «Любительский» с курицей | 250 | 7,4 | 7,32 | 21,0 | 115,0 | 8,4 | | 93 |
| Азу | 200 | 10,21 | 13,0 | 17,0 | 292,0 | 9,44 | | 370 |
| Сок фруктовый | 200 | 1,0 | 0,2 | 20, | 92,0 | 4,0 | | 399 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | | б/н |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | | б/н |
| Булочка «Домашняя» | 40 | 2,12 | 3,2 | 25,0 | 145,0 | 0,0 | | б/н |
| **1-4кл. Бесплатное питание. *Обед*** | | | | | | | | |
| Салат из свежих помидоров | 60 | 0,5 | 2,8 | 2,2 | 28,0 | 3,42 | 20 | |
| Азу | 200 | 10,21 | 13,0 | 17,0 | 292,0 | 9,44 | 370 | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,0 | 0,2 | 20, | 92,0 | 4,0 | 399 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н | |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н | |
| Булочка «Домашняя» | 40 | 2,12 | 3,2 | 25,0 | 145,0 | 0,0 | б/н | |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 | |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Завтрак*** | | | | | | | | |
| Суп молочный с рисовой крупой | 200 | 11,4 | 15,1 | 37,0 | 238,0 | 0,52 | 161 | |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 | |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,24 | 15,0 | 70,5 | 0,0 | б/н | |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 | |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Обед*** | | | | | | | | |
| Салат из свежих помидоров | 60 | 0,5 | 2,8 | 2,2 | 28,0 | 3,42 | 20 | |
| Суп «Любительский» с курицей | 250 | 7,4 | 7,32 | 21,0 | 115,0 | 8,4 | 93 | |
| Азу | 200 | 10,21 | 13,0 | 17,0 | 292,0 | 9,44 | 370 | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,0 | 0,2 | 20, | 92,0 | 4,0 | 399 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н | |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н | |
| Булочка «Домашняя» | 40 | 2,12 | 3,2 | 25,0 | 145,0 | 0,0 | б/н | |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Завтрак*** | | | | | | | | |
| Суп молочный с рисовой крупой | 250 | 11,4 | 15,1 | 37,0 | 238,0 | 0,52 | 161 | |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,3 | 0,24 | 15,0 | 70,5 | 0,0 | б/н | |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Обед*** | | | | | | | | |
| Салат из свежих помидоров | 100 | 0,5 | 2,8 | 2,2 | 28,0 | 3,42 | 20 | |
| Суп «Любительский» с курицей | 250 | 7,4 | 7,32 | 21,0 | 115,0 | 8,4 | 93 | |
| Азу | 200 | 10,21 | 13,0 | 17,0 | 292,0 | 9,44 | 370 | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,0 | 0,2 | 20, | 92,0 | 4,0 | 399 | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н | |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н | |
| Булочка «Домашняя» | 40 | 2,12 | 3,2 | 25,0 | 145,0 | 0,0 | б/н | |

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «ПСОШ №2 ПМО»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.А. Жалнина

**Меню** 1 неделя пятница

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование меню | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | К/ калории | Витамин С, мг | Номер рецептуры |
| **Многодетные, малообеспеченные, опекаемые, СВО.**  ***Обед*** | | | | | | | |
| Винегрет | 100 | 0,6 | 0,1 | 0,2 | 4,0 | 1,8 | 13 |
| Суп рисовый «Харчо» | 250 | 3,18 | 3,3 | 24,0 | 113,0 | 6,7 | 204 |
| Гуляш | 100 | 10,8 | 18,3 | 12,0 | 267,0 | 0,28 | 437 |
| Макароны отварные | 150 | 6,3 | 4,4 | 40, | 233,0 | 0,0 | 330 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,3 | 38,0 | 1,12 | 686 |
| Бутерброд с маслом | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Яблоко свежее | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | 10,0 | б/н |
| **1-4кл. Бесплатное питание. *Обед*** | | | | | | | |
| Винегрет | 60 | 0,6 | 0,1 | 0,2 | 4,0 | 1,8 | 13 |
| Гуляш | 100 | 10,8 | 18,3 | 12,0 | 267,0 | 0,28 | 437 |
| Макароны отварные | 150 | 6,3 | 4,4 | 40, | 233,0 | 0,0 | 330 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,3 | 38,0 | 1,12 | 686 |
| Бутерброд с маслом | 40 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Яблоко свежее | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | 10,0 | б/н |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Завтрак*** | | | | | | | |
| Омлет | 200 | 14,6 | 18,6 | 48,0 | 339,0 | 0,22 | 340 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,3 | 38,0 | 1,12 | 686 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,24 | 15,0 | 70,5 | 0,0 | б/н |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 |
|  | | | | | | | |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Обед*** | | | | | | | |
| Винегрет | 60 | 0,6 | 0,1 | 0,2 | 4,0 | 1,8 | 13 |
| Суп рисовый «Харчо» | 250 | 3,18 | 3,3 | 24,0 | 113,0 | 6,7 | 204 |
| Гуляш | 100 | 10,8 | 18,3 | 12,0 | 267,0 | 0,28 | 437 |
| Макароны отварные | 150 | 6,3 | 4,4 | 40, | 233,0 | 0,0 | 330 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,3 | 38,0 | 1,12 | 686 |
| Бутерброд с маслом | 40 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Яблоко свежее | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | 10,0 | б/н |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Завтрак*** | | | | | | | |
| Омлет | 200 | 14,6 | 18,6 | 48,0 | 339,0 | 0,22 | 340 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,3 | 38,0 | 1,12 | 686 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,24 | 15,0 | 70,5 | 0,0 | б/н |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Обед*** | | | | | | | |
| Винегрет | 100 | 0,6 | 0,1 | 0,2 | 4,0 | 1,8 | 13 |
| Суп рисовый «Харчо» | 250 | 3,18 | 3,3 | 24,0 | 113,0 | 6,7 | 204 |
| Гуляш | 100 | 10,8 | 18,3 | 12,0 | 267,0 | 0,28 | 437 |
| Макароны отварные | 150 | 6,3 | 4,4 | 40, | 233,0 | 0,0 | 330 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,3 | 38,0 | 1,12 | 686 |
| Бутерброд с маслом | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Яблоко свежее | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | 10,0 | б/н |

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «ПСОШ №2 ПМО»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.А. Жалнина

**Меню** 2 неделя понедельник

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование меню | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | К/ калории | Витамин С, мг | Номер рецептуры |
| **Многодетные, малообеспеченные, опекаемые, СВО.**  ***Обед*** | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты | 100 | 1,2 | 5,4 | 5,1 | 73,2 | 0,42 | б/н |
| Рассольник с курицей и сметаной | 250 | 7,58 | 8,54 | 13,0 | 162,0 | 12,85 | 96 |
| Плов с мясом | 200 | 10,6 | 10,9 | 14,0 | 206,0 | 0,0 | 173 |
| Компот из с/фруктов | 200 | 0,5 | 0,1 | 31,0 | 123,0 | 0,11 | 639 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Вафля | 30 | 1,77 | 1,41 | 23,0 | 110,0 | 0,0 | б/н |
| **1-4кл. Бесплатное питание. *Обед*** | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты | 60 | 1,2 | 5,4 | 5,1 | 73,2 | 0,42 | б/н |
| Плов с мясом | 200 | 10,6 | 10,9 | 14,0 | 206,0 | 0,0 | 173 |
| Компот из с/фруктов | 200 | 0,5 | 0,1 | 31,0 | 123,0 | 0,11 | 639 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Вафля | 30 | 1,77 | 1,41 | 23,0 | 110,0 | 0,0 | б/н |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Завтрак*** | | | | | | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 13,5 | 17,2 | 37,0 | 304,0 | 0,65 | 160 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,24 | 15,0 | 70,5 | 0,0 | б/н |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Обед*** | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты | 60 | 1,2 | 5,4 | 5,1 | 73,2 | 0,42 | б/н |
| Рассольник с курицей и сметаной | 250 | 7,58 | 8,54 | 13,0 | 162,0 | 12,85 | 96 |
| Плов с мясом | 200 | 10,6 | 10,9 | 14,0 | 206,0 | 0,0 | 173 |
| Компот из с/фруктов | 200 | 0,5 | 0,1 | 31,0 | 123,0 | 0,11 | 639 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Вафля | 30 | 1,77 | 1,41 | 23,0 | 110,0 | 0,0 | б/н |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Завтрак*** | | | | | | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 13,5 | 17,2 | 37,0 | 304,0 | 0,65 | 160 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,3 | 0,24 | 15,0 | 70,5 | 0,0 | б/н |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Обед*** | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты | 100 | 1,2 | 5,4 | 5,1 | 73,2 | 0,42 | б/н |
| Рассольник с курицей и сметаной | 250 | 7,58 | 8,54 | 13,0 | 162,0 | 12,85 | 96 |
| Плов с мясом | 200 | 10,6 | 10,9 | 14,0 | 206,0 | 0,0 | 173 |
| Компот из с/фруктов | 200 | 0,5 | 0,1 | 31,0 | 123,0 | 0,11 | 639 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Вафля | 30 | 1,77 | 1,41 | 23,0 | 110,0 | 0,0 | б/н |

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «ПСОШ №2 ПМО»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.А. Жалнина

**Меню** 2 неделя вторник

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование меню | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | К/ калории | Витамин С, мг | Номер рецептуры |
| **Многодетные, малообеспеченные, опекаемые, СВО.**  ***Обед*** | | | | | | | |
| Икра кабачковая | 100 | 0,9 | 1,5 | 4,9 | 40,0 | 7,97 | 71 |
| Суп гороховый с курицей | 250 | 4,61 | 4,1 | 14,0 | 137,0 | 7,29 | 87 |
| Гуляш | 100 | 5,8 | 12,6 | 3,1 | 192,0 | 0,28 | 437 |
| Макароны отварные | 150 | 5,3 | 4,4 | 33,0 | 133,0 | 0,0 | 330 |
| Напиток из шиповника | 200 | 0,54 | 0,22 | 16,0 | 75,8 | 80,0 | б/н |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Булочка «Домашняя» | 40 | 4,12 | 3,2 | 15,0 | 95,4 | 0,0 | б/н |
| **1-4кл. Бесплатное питание. *Обед*** | | | | | | | |
| Икра кабачковая | 60 | 0,9 | 1,5 | 4,9 | 40,0 | 7,97 | 71 |
| Гуляш | 100 | 5,8 | 12,6 | 3,1 | 192,0 | 0,28 | 437 |
| Макароны отварные | 150 | 5,3 | 4,4 | 33,0 | 133,0 | 0,0 | 330 |
| Напиток из шиповника | 200 | 0,54 | 0,22 | 16,0 | 75,8 | 80,0 | б/н |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Булочка «Домашняя» | 40 | 4,12 | 3,2 | 15,0 | 95,4 | 0,0 | б/н |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Завтрак*** | | | | | | | |
| Плов с фруктами | 200 | 16,2 | 18,5 | 49,0 | 398,0 | 1,51 | 184 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,24 | 15,0 | 70,5 | 0,0 | б/н |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Обед*** | | | | | | | |
| Икра кабачковая | 60 | 0,9 | 1,5 | 4,9 | 40,0 | 7,97 | 71 |
| Суп гороховый с курицей | 250 | 4,61 | 4,1 | 14,0 | 137,0 | 7,29 | 87 |
| Гуляш | 100 | 5,8 | 12,6 | 3,1 | 192,0 | 0,28 | 437 |
| Макароны отварные | 150 | 5,3 | 4,4 | 33,0 | 133,0 | 0,0 | 330 |
| Напиток из шиповника | 200 | 0,54 | 0,22 | 16,0 | 75,8 | 80,0 | б/н |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Булочка «Домашняя» | 40 | 4,12 | 3,2 | 15,0 | 95,4 | 0,0 | б/н |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Завтрак*** | | | | | | | |
| Плов с фруктами | 200 | 16,2 | 18,5 | 49,0 | 398,0 | 1,51 | 184 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,3 | 0,24 | 15,0 | 70,5 | 0,0 | б/н |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Обед*** | | | | | | | |
| Икра кабачковая | 100 | 0,9 | 1,5 | 4,9 | 40,0 | 7,97 | 71 |
| Суп гороховый с курицей | 250 | 4,61 | 4,1 | 14,0 | 137,0 | 7,29 | 87 |
| Гуляш | 100 | 5,8 | 12,6 | 3,1 | 192,0 | 0,28 | 437 |
| Макароны отварные | 150 | 5,3 | 4,4 | 33,0 | 133,0 | 0,0 | 330 |
| Напиток из шиповника | 200 | 0,54 | 0,22 | 16,0 | 75,8 | 80,0 | б/н |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Булочка «Домашняя» | 40 | 4,12 | 3,2 | 15,0 | 95,4 | 0,0 | б/н |

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «ПСОШ №2 ПМО»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.А. Жалнина

**Меню** 2 неделя среда

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование меню | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | К/ калории | Витамин С, мг | Номер рецептуры |
| **Многодетные, малообеспеченные, опекаемые, СВО.**  ***Обед*** | | | | | | | |
| Мозаика | 100 | 2,3 | 5,5 | 3,1 | 74,0 | 7,93 | 46 |
| Свекольник с курицей и сметаной | 250 | 2,5 | 4,5 | 15,0 | 108,0 | 4,97 | 34 |
| Печень тушенная в соусе | 100 | 7,55 | 9,99 | 12,0 | 143,0 | 5,07 | 261 |
| Каша гречневая | 150 | 8,6 | 6,8 | 46,0 | 312,0 | 0,0 | 297 |
| Сок фруктовый | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Банан свежий | 150 | 1,5 | 0,5 | 21,0 | 96,0 | 10,0 | б/н |
| **1-4. Бесплатное питание. *Обед*** | | | | | | | |
| Мозаика | 60 | 2,3 | 5,5 | 3,1 | 74,0 | 7,93 | 46 |
| Печень тушенная в соусе | 100 | 7,55 | 9,99 | 12,0 | 143,0 | 5,07 | 261 |
| Каша гречневая | 150 | 8,6 | 6,8 | 46,0 | 312,0 | 0,0 | 297 |
| Сок фруктовый | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Банан свежий | 150 | 1,5 | 0,5 | 21,0 | 96,0 | 10,0 | б/н |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Завтрак*** | | | | | | | |
| Вареники с творогом | 200 | 14,9 | 18,3 | 39,0 | 357,0 | 0,27 | 355 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,24 | 15,0 | 70,5 | 0,0 | б/н |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Обед*** | | | | | | | |
| Мозаика | 60 | 2,3 | 5,5 | 3,1 | 74,0 | 7,93 | 46 |
| Свекольник с курицей и сметаной | 250 | 2,5 | 4,5 | 15,0 | 108,0 | 4,97 | 34 |
| Печень тушенная в соусе | 100 | 7,55 | 9,99 | 12,0 | 143,0 | 5,07 | 261 |
| Каша гречневая | 150 | 8,6 | 6,8 | 46,0 | 312,0 | 0,0 | 297 |
| Сок фруктовый | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Банан свежий | 150 | 1,5 | 0,5 | 21,0 | 96,0 | 10,0 | б/н |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Завтрак*** | | | | | | | |
| Вареники с творогом | 200 | 14,9 | 18,3 | 39,0 | 357,0 | 0,27 | 355 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,3 | 0,24 | 15,0 | 70,5 | 0,0 | б/н |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Обед*** | | | | | | | |
| Мозаика | 100 | 2,3 | 5,5 | 3,1 | 74,0 | 7,93 | 46 |
| Свекольник с курицей и сметаной | 250 | 2,5 | 4,5 | 15,0 | 108,0 | 4,97 | 34 |
| Печень тушенная в соусе | 100 | 7,55 | 9,99 | 12,0 | 143,0 | 5,07 | 261 |
| Каша гречневая | 150 | 8,6 | 6,8 | 46,0 | 312,0 | 0,0 | 297 |
| Сок фруктовый | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Банан свежий | 150 | 1,5 | 0,5 | 21,0 | 96,0 | 10,0 | б/н |

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «ПСОШ №2 ПМО»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.А. Жалнина

**Меню** 2 неделя четверг

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование меню | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | К/ калории | Витамин С, мг | Номер рецептуры | |
| **Многодетные, малообеспеченные, опекаемые, СВО.**  ***Обед*** | | | | | | | | |
| Овощи свежие порционно (огурец) | 100 | 0,4 | 0,1 | 1,3 | 8,0 | 5,0 | | 245 |
| Суп с рыбными консервами | 250 | 5,5 | 7,5 | 17,0 | 149,0 | 6,6 | | 140 |
| Котлета мясная | 100 | 8,83 | 9,22 | 33,1 | 215,8 | 0,1 | | 451 |
| Пюре картофельное | 150 | 5,9 | 9,3 | 13,0 | 177,0 | 13,84 | | 520 |
| Чай с сахаром | 200 | 1,0 | 0,2 | 20,0 | 92,0 | 4,0 | | 399 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | | б/н |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | | б/н |
| Мед липовый (порционно) | 10 | 0,01 | 0,0 | 0,8 | 32,0 | 0,02 | | б/н |
| **1-4 кл. Бесплатное питание. *Обед*** | | | | | | | | |
| Овощи свежие порционно (огурец) | 60 | 0,4 | 0,1 | 1,3 | 8,0 | 5,0 | 245 | |
| Котлета мясная | 100 | 8,83 | 9,22 | 33,1 | 215,8 | 0,1 | 451 | |
| Пюре картофельное | 150 | 5,9 | 9,3 | 13,0 | 177,0 | 13,84 | 520 | |
| Чай с сахаром | 200 | 1,0 | 0,2 | 20,0 | 92,0 | 4,0 | 399 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н | |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н | |
| Мед липовый (порционно) | 10 | 0,01 | 0,0 | 0,8 | 32,0 | 0,02 | б/н | |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 | |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Завтрак*** | | | | | | | | |
| Суп молочный с пшеном и яйцо вареное | 290 | 12,7 | 11,6 | 60,0 | 389,0 | 0,47 | 311 | |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 | |
| Бутерброд с маслом и сыром | 35 | 5,0 | 7,1 | 15,0 | 145,0 | 0,07 | 3 | |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 | |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Обед*** | | | | | | | | |
| Овощи свежие порционно (огурец) | 60 | 0,4 | 0,1 | 1,3 | 8,0 | 5,0 | 245 | |
| Суп с рыбными консервами | 250 | 5,5 | 7,5 | 17,0 | 149,0 | 6,6 | 140 | |
| Котлета мясная | 100 | 8,83 | 9,22 | 33,1 | 215,8 | 0,1 | 451 | |
| Пюре картофельное | 150 | 5,9 | 9,3 | 13,0 | 177,0 | 13,84 | 520 | |
| Чай с сахаром | 200 | 1,0 | 0,2 | 20,0 | 92,0 | 4,0 | 399 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н | |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н | |
| Мед липовый (порционно) | 10 | 0,01 | 0,0 | 0,8 | 32,0 | 0,02 | б/н | |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Завтрак*** | | | | | | | | |
| Суп молочный с пшеном и яйцо вареное | 290 | 12,7 | 11,6 | 60,0 | 389,0 | 0,47 | 311 | |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36,0 | 0,0 | 685 | |
| Бутерброд с маслом и сыром | 45 | 5,0 | 7,1 | 15,0 | 145,0 | 0,07 | 3 | |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Обед*** | | | | | | | | |
| Овощи свежие порционно (огурец) | 100 | 0,4 | 0,1 | 1,3 | 8,0 | 5,0 | 245 | |
| Суп с рыбными консервами | 250 | 5,5 | 7,5 | 17,0 | 149,0 | 6,6 | 140 | |
| Котлета мясная | 100 | 8,83 | 9,22 | 33,1 | 215,8 | 0,1 | 451 | |
| Пюре картофельное | 150 | 5,9 | 9,3 | 13,0 | 177,0 | 13,84 | 520 | |
| Чай с сахаром | 200 | 1,0 | 0,2 | 20,0 | 92,0 | 4,0 | 399 | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н | |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н | |
| Мед липовый (порционно) | 10 | 0,01 | 0,0 | 0,8 | 32,0 | 0,02 | б/н | |

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «ПСОШ №2 ПМО»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.А. Жалнина

**Меню** 2 неделя пятница

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование меню | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | К/ калории | Витамин С, мг | Номер рецептуры |
| **Многодетные, малообеспеченные, опекаемые, СВО.**  ***Обед*** | | | | | | | |
| Салат из морской капусты | 100 | 0,6 | 3,0 | 29,0 | 43,0 | 10,14 | 19 |
| Суп с макаронными изделиями | 250 | 10,59 | 13,9 | 19,0 | 228,0 | 14,1 | 102 |
| Оладьи запеченные со сгущенным молоком | 230 | 9,2 | 8,4 | 28,0 | 316,0 | 0,37 | 280 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,3 | 38,0 | 1,12 | 686 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Яблоко свежее | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | 10, | б/н |
| **1-4кл. Бесплатное питание. *Обед*** | | | | | | | |
| Салат из морской капусты | 60 | 0,6 | 3,0 | 29,0 | 43,0 | 10,14 | 19 |
| Оладьи запеченные со сгущенным молоком | 230 | 9,2 | 8,4 | 28,0 | 316,0 | 0,37 | 280 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,3 | 38,0 | 1,12 | 686 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Яблоко свежее | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | 10, | б/н |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Завтрак*** | | | | | | | |
| Каша гречневая с молоком | 200 | 16,5 | 10,6 | 54,0 | 341,0 | 0,52 | 326 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,3 | 38,0 | 1,12 | 686 |
| Бутерброд с маслом | 30 | 1,6 | 8,5 | 9,7 | 124,0 | 0,0 | 1 |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 0,0 | 965 |
| **СВО, ОВЗ 1-4 классы. *Обед*** | | | | | | | |
| Салат из морской капусты | 60 | 0,6 | 3,0 | 29,0 | 43,0 | 10,14 | 19 |
| Суп с макаронными изделиями | 250 | 10,59 | 13,9 | 19,0 | 228,0 | 14,1 | 102 |
| Оладьи запеченные со сгущенным молоком | 230 | 9,2 | 8,4 | 28,0 | 316,0 | 0,37 | 280 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,3 | 38,0 | 1,12 | 686 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Яблоко свежее | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | 10, | б/н |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Завтрак*** | | | | | | | |
| Каша гречневая с молоком | 250 | 16,5 | 10,6 | 54,0 | 341,0 | 0,52 | 326 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,3 | 38,0 | 1,12 | 686 |
| Бутерброд с маслом | 40 | 1,6 | 8,5 | 9,7 | 124,0 | 0,0 | 1 |
| **СВО, ОВЗ 5-11 классы. *Обед*** | | | | | | | |
| Салат из морской капусты | 100 | 0,6 | 3,0 | 29,0 | 43,0 | 10,14 | 19 |
| Суп с макаронными изделиями | 250 | 10,59 | 13,9 | 19,0 | 228,0 | 14,1 | 102 |
| Оладьи запеченные со сгущенным молоком | 230 | 9,2 | 8,4 | 28,0 | 316,0 | 0,37 | 280 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,3 | 38,0 | 1,12 | 686 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,04 | 0,32 | 20,0 | 94,0 | 0,0 | б/н |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 10,0 | 52,2 | 0,0 | б/н |
| Яблоко свежее | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | 10, | б/н |