«Утверждаю»
Директор школы
_____ Р.Д.Оленёва

МЕНЮ на «11» марта 2025 г.
Вторник (1 неделя)

№ п/п	Наименование блюд	Выход 1-4 кл	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг
1	Тефтели мясные запеченные в сметанно-томатном соусе	60/40	69,43	9,08	14,44	10,87	209,88	0,05	2,68	13,52	3,04	19,33	96,68	28,05	1,49
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3		5,10	4,53	31,99	189,30	0,06	0,00	20,00	0,82	12,39	38,67	8,62	0,86
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,11	0,02	10,15	41,32	0,00	2,03	0,00	0,01	13,25	3,96	2,16	0,33
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
	Итого:	**513**		**18,56**	**19,58**	**79,65**	**570,40**	**0,20**	**4,71**	**33,52**	**4,61**	**59,68**	**203,81**	**57,13**	**4,19**
		Выход 5-11 кл													
2	Тефтели мясные запеченные в сметанно-томатном соусе		59,83	9,08	14,44	10,87	209,88	0,05	2,68	13,52	3,04	19,33	96,68	28,05	1,49
	Макаронные изделия отварные	200		6,20	4,31	35,26	213,46	0,07	0,00	0,00	1,29	6,48	49,56	28,16	1,47
	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,11	0,02	10,15	41,32	0,00	2,03	0,00	0,01	13,25	3,96	2,16	0,33
	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
	Итого:	**550**		**18,90**	**19,28**	**78,00**	**571,06**	**0,20**	**4,71**	**13,52**	**4,97**	**51,76**	**208,20**	**75,27**	**4,69**
		Выход 1-11 кл													
	Суп-лапша с картофелем, с мясом птицы	250/10	65	5,65	6,10	11,62	132,55	0,05	0,50	14,50	2,61	32,45	52,80	12,68	2,65
3	Сосиска в тесте запеченная	100		9,60	13,84	26,90	271,00	0,14	0	7,50	1,51	269,36	104,46	24,19	1,50
	Компот из сухофруктов	200		0,662	0,09	22,04	92,8	0,016	0,726	0	0,508	32,48	25,44	18,79	0,97
	Хлеб сельский/белый	20/20		5,37	6,59	11,18	133,57	0,06	10,7	9,2	2,45	60,18	74,6	28,96	3,44
	Итого:	**600**		**21,28**	**26,62**	**71,74**	**629,92**	**0,27**	**11,93**	**31,20**	**7,08**	**394,47**	**257,30**	**84,61**	**8,56**
		Выход 5-11 кл													
	Вафли	20	9,60	4,92	6,96	3,3	73,375	0	0	1,0	0,95	1,5	8,5	1	0,855
4	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5		0,12	0,03	10,16	41,70	0,00	2,03	0,00	0,01	12,95	3,90	2,00	0,30
	Итого:	**220**		**5,0**	**7,0**	**13,4**	**115,1**	**0,0**	**2,0**	**1,0**	**1,0**	**14,5**	**12,4**	**3,0**	**1,2**