«Утверждаю»
Директор школы
_____ Р.Д.Оленёва

МЕНЮ на «15» марта 2025 г.
Суббота (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	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
1	Салат из зеленого горошка к/с	30	69,43	0,89	1,56	1,88	25,08	0,03	3,30	0,00	0,72	6,44	17,99	6,24	0,21
	Биточки рыбные с рисом отварным рассыпчатым с маслом сливочным	75/180/3		13,05	14,45	45,07	354,94	0,08	0,24	15,90	4,13	34,97	196,81	48,30	1,72
	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 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:	**518**		**16,04**	**16,38**	**68,98**	**480,74**	**0,16**	**5,57**	**15,90**	**5,28**	**63,35**	**263,75**	**70,80**	**3,43**
		Выход 5-11 кл													
	Салат из зеленого горошка к/с	50	59,83	1,49	2,59	3,13	41,80	0,05	5,50	0,00	1,20	10,73	29,98	10,40	0,34
2	Биточки рыбные с рисом отварным рассыпчатым с маслом сливочным	75/180/3	59,83	13,05	14,45	45,07	354,94	0,08	0,24	15,90	4,13	34,97	196,81	48,30	1,72
	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:	**558**		**18,15**	**17,58**	**80,07**	**544,46**	**0,20**	**7,77**	**15,90**	**5,98**	**71,64**	**288,74**	**77,76**	**3,78**
		Выход 1-11 кл													
	Суп картофельный с фасолью, с мясом птицы	250/10	65	6,40	6,68	20,17	166,56	0,19	7,27	0	3,05	62,87	172,47	47,88	2,26
	Блины с молоком сгущенным	90/30		8,75	5,54	51,46	291,00	0,15	1,22	17,40	2,15	190,50	187,50	39,60	1,12
3	Кисель	200		0,6	0,1	30,2	123,6	0,002	1,1	0	0	15,7	16,3	3,36	0,37
	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:	**620**		**21,12**	**18,91**	**113,01**	**714,73**	**0,40**	**20,29**	**26,20**	**7,66**	**329,22**	**450,87**	**119,79**	**7,19**
		Выход 5-11 кл													
	Печенье	20	9,60	1,46	2,50	8,8	63,6	0,024	0	0,8	0,932	3,96	14	5,48	0,26
	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,95	2,80	1,40	0,27
4	**Итого:**	**220**		**1,5**	**2,5**	**18,8**	**103,6**	**0,0**	**0,0**	**0,8**	**0,9**	**14,9**	**16,8**	**6,9**	**0,5**