«Утверждаю»
Директор школы
_____ Р.Д.Оленёва

МЕНЮ на «23» апреля 2025 г.
Среда (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	Фрикассе из куриной грудки	50/50	**69,43**	7,25	7,80	4,10	141,62	0,05	5,96	24,40	0,99	22,57	39,30	10,24	2,79
	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150/3		3,68	7,55	24,73	181,02	0,03	0,00	12,0	0,31	2,09	61,85	16,34	0,53
	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,98	44,70	0,00	1,03	0,00	0,02	12,55	3,90	2,30	0,48
	Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
	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:	**508**		**14,92**	**15,97**	**63,98**	**485,49**	**0,15**	**6,99**	**36,40**	**2,02**	**50,91**	**166,30**	**46,48**	**5,24**
		Выход 5-11 кл													
2	Фрикассе из куриной грудки	50/50	**59,83**	7,25	7,80	4,10	141,62	0,05	5,96	24,40	0,99	22,57	39,30	10,24	2,79
	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	180/3		4,42	9,07	29,06	217,44	0,03	0,00	12,0	0,37	2,36	74,03	19,60	0,64
	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,98	44,70	0,00	1,03	0,00	0,02	12,55	3,90	2,30	0,48
	Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
	Хлеб ржаной	40		3,04	0,32	19,68	94,00	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
	Итого:	**553**		**17,10**	**17,49**	**78,58**	**568,26**	**0,16**	**6,99**	**36,40**	**2,15**	**51,48**	**162,74**	**41,94**	**4,67**
		Выход 1-11 кл													
	Суп гороховый на мясном бульоне, с гренками	250/15		9,67	48,26	27,35	607,48	0,33	1,00	0,00	22,56	58,46	115,98	44,82	3,15
3	Блины с повидлом	90/20	**65**	6,56	5,48	47,42	263,00	0,14	1,05	17,40	2,15	98,06	118,80	29,40	1,06
	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	9,52	38,10	0	0,03	0	0	10,43	2,67	1,33	0,25
	Хлеб сельский/белый	20/20		5,37	6,59	11,18	133,57	0,06	10,70	9,20	2,45	60,18	74,60	28,96	3,44
	Итого:	**625**		**21,67**	**60,35**	**95,48**	**1042,15**	**0,53**	**12,78**	**26,60**	**27,17**	**227,12**	**312,05**	**104,51**	**7,90**
		Выход 5-11 кл													
	Пряники	35		2,07	1,65	26,3	128,1	0,03	0,0	0,0	0,84	3,9	17,5	3,2	0,28
4	Чай с сахаром	190/10	**9,60**	0,07	0,02	10,01	40,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,95	2,80	1,40	0,27
	Итого:	**235**		**2,1**	**1,7**	**36,3**	**168,1**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,8**	**14,8**	**20,3**	**4,6**	**0,5**