



**МЕНЮ на «28» января 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	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
1	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	69,43	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Сырники из творога с кашей молочной "Дружба" с маслом сливочным	60/150/5		13,65	15,29	32,32	330,90	0,11	0,88	65,30	1,83	314,60	252,49	41,76	1,01
	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
	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:	545		16,10	16,07	64,01	477,30	0,19	10,91	65,30	2,45	350,25	311,29	66,26	4,65
	Выход 5-11 кл														
2	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	59,83	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Сырники из творога с кашей молочной "Дружба" с маслом сливочным	60/180/3		15,70	16,83	41,19	376,80	0,13	1,02	59,52	1,82	213,76	274,94	47,35	1,13
	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
	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:	573		18,15	17,61	72,88	523,20	0,21	11,05	59,52	2,44	249,41	333,74	71,85	4,76
	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