



Согласовано:

Директор школы

**Питание для начальной школы и льготных категорий обучающихся**

**Меню  
на 24 Января 2025 г.**

**Завтрак**

Масса порции		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин. Вещества		Номер рецептуры	
7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг		
Макаронны запеченные с сыром	200	220	10,3	12,4	41,2	318,0	0,0	0,0	15,0	8,4	0,5	261
Масло сливочное порциями	10	10	0,1	7,3	0,1	66,1	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	75
Чай Каркаде	200	200	0,0	0,0	14,0	56,1	0,0	0,0	0,1	0,5	0,1	79
Хлеб ржаной	30	40	2,4	0,5	12,3	62,9	0,1	0,7	0,0	9,9	1,3	574
Хлеб пшеничный	30	30	2,3	0,9	15,4	78,5	0,0	0,5	0,0	14,1	1,2	576
<b>Итого:</b>			<b>15,1</b>	<b>21,0</b>	<b>83,0</b>	<b>581,6</b>	<b>0,2</b>	<b>1,2</b>	<b>15,1</b>	<b>33,1</b>	<b>3,2</b>	<b>1565,0</b>

**Обед**

Масса		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин.		Номер рецептуры	
7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг		
Рассольник Ленинградский на курином бульоне	200	250	6,8	8,5	17,0	112,0	0,1	2,3	5,1	13,8	0,7	99
Биточек куриный	90	100	20,5	16,5	16,5	177,3	0,1	2,1	0,0	61,0	1,3	372
Гречка отварная с маслом сливочным	150	180	10,6	7,9	65,4	302,2	0,4	1,1	0,0	61,0	1,3	202
Компот из сухофруктов	200	200	0,3	0,0	19,3	81,0	0,0	0,1	3,3	13,5	1,2	487
Хлеб ржаной	25	40	2,4	0,5	12,3	62,9	0,1	0,7	0,0	9,9	1,3	574
Хлеб пшеничный	35	45	4,6	0,5	29,5	125,6	0,0	0,5	0,0	14,1	1,2	576
<b>Итого:</b>			<b>45,3</b>	<b>33,9</b>	<b>159,9</b>	<b>861,0</b>	<b>0,7</b>	<b>6,8</b>	<b>8,4</b>	<b>173,3</b>	<b>7,0</b>	<b>2310,0</b>

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог  
Зав. производства  
Калькулятор

