

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское



**Меню
на 13 Января 2025г.**

1-4 кла ОВЗ

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимос ть блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша пшенная молочная с маслом	140/10	27,54	4,02	6,6	53,6	236
2	Батон, сыр	40/10	13,63	2,34	5,6	16,92	132
3	Чай с сахаром и лимоном	200	6,75	0,1	0	15,2	61
4	Яблоко	100	20,7	0,4	0,4	10,3	44
	Итого за завтрак	500	68,62	6,86	12,6	96,02	473
	Обед						
1	Суп гороховый с мясом	200	36,89	9,38	5,87	12,3	134
2	Плов с курицей	230	48,14	8,5	13,86	18,9	285
3	Салат из морской капусты и моркови	40/20	12,21	1,56	1,86	2,88	60
4	Компот из сухофруктов	200	6	0,5	0	24	110
5	Хлеб пшеничный	60	4,68	3,56	0,48	19,52	141
	Итого за обед	750	107,92	23,5	22,07	77,6	730
	Итого:		176,54				

Повар:

Н.В.Иванова

Н.В.Иванова

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское

М.П.



**Меню
на 13 Января 2025г.**

5-11 к/ОВЗ

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимость блюда	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углево ды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша пшениная молочная с маслом	190/10	32,2	5,63	8,8	72,4	314
2	Батон, сыр	50/10	14,87	2,34	5,6	16,92	132
3	Чай с сахаром и лимоном	200	7,66	0,1	0	15,2	61
4	Яблоко	150	31,05	0,4	0,4	10,3	44
	0						
	Итого за завтрак	600	85,78	8,47	14,8	114,82	551
	Обед						
1	Суп гороховый с мясом	250	48,03	11,7	7,32	17,8	177
2	Плов с курицей	280	53,44	17,8	18,5	33,5	320
3	Салат из морской капусты и моркови	70/30	14,38	1,61	2,08	9,02	87
4	Компот из сухофруктов	200	8,53	0,5	0	24	110
5	Хлеб пшеничный	100	7,8	3,56	0,48	19,52	141
	Итого за обед	930	132,18	35,17	28,38	103,84	835
	Итого:		217,96				

Повар: *Н.В.Иванова* Н.В.Иванова

С.Н.Киселев
М.П.



№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Стоимос ть блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры . г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Плов с курицей	230	48,14	8,5	13,86	18,9	285
2	Салат из морской капусты и моркови	40/20	12,21	1,56	1,86	2,88	60
3	Компот из сухофруктов	200	6	0,5	0	24	110
4	Хлеб пшеничный	60	4,68	3,56	0,48	19,52	141
5	Яблоко	100	20,7	0,4	0,4	10,3	44
	Итого за завтрак	650	91,73	14,52	16,6	75,6	640

Повар: *В. Карасев*

Н.В.Иванова

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское



**Меню
на 13 Января 2025г.**

5-11 класс + Род.плата

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимост ь блюда	Химический состав			Энергетич еская ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углево ды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Плов с курицей	280	53,44	17,8	18,5	33,5	320
2	Салат из морской капусты и моркови	70/30	14,38	1,61	2,08	9,02	87
3	Компот из сухофруктов	200	8,53	0,5	0	24	110
4	Хлеб пшеничный	100	7,8	3,56	0,48	19,52	141
5	Яблоко	150	31,05	0,4	0,4	10,3	44
	Итого за завтрак	730	115,2	23,87	21,46	96,34	702

Повар:  Н.В.Иванова