«Утверждаю»

Директор МБОУ

 «Карымкарская СОШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Хургунова С.Я.

**Меню на 14 апреля 2025г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **рец-ры** | **Наименование блюда** | **Выход**  **гр.** | **Выход**  **гр.** | **ккал** | | **белки** | | | | **жиры** | | | **углеводы** | | **Цена** | **Фото блюд** |
|  | **10 день** | **7-11 лет** | **12лет и старше** | **7-11 лет** | **12лет и старше** | **7-11 лет** | | **12лет и старше** | | **7-11 лет** | | **12лет и старше** | **7-11 лет** | **12лет и старше** |  |  |
|  | **Завтрак:** | **Питание 44,00руб.** | | | | | | | | | | | | |  |
| 93 | 1.Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 250 | 144,8 | 181 | 5,73 | | 7,17 | | 5,2 | | 6,5 | 18,84 | 23,53 |  |
| 10033 | 2. Чай с молоком | 200 | 200 | 63,9 | 63,9 | 1,2 | | 1,2 | | 1,28 | | 1,28 | 16,88 | 16,88 |  |
| 8 | 3. Хлеб пшеничный | 40 | 50 | 20,24 | 25,3 | 3,28 | | 4,1 | | 0,56 | | 0,7 | 0,52 | 0,65 |  |
| 41 | 4. Масло сливочное (порциями) | 10 | 15 | 75 | 112,5 | 0 | | 0 | | 8,2 | | 12,3 | 0,1 | 0,15 |  |
|  | Итого: | **450** | **515** | **303,94** | **382,7** | **10,21** | | **12,47** | | **15,24** | | **20,78** | **36,34** | **41,21** | **44** |
|  | **Завтрак:** | **Питание 86,00руб.** | | | | | | | | | | | | |  |  |
| 298 | 1. Ленивые голубцы со сметанным соусом | 100 | 100 | 109,5 | 109,5 | 7,06 | | 7,06 | | 4,52 | | 4,52 | 10,13 | 10,13 |  |
| 694 | 2. Пюре картофельное | 150 | 180 | 137,25 | 164,7 | 3,05 | | 3,67 | | 4,8 | | 5,76 | 20,44 | 24,53 |  |
| 376 | 3. Компот из кураги | 200 | 200 | 113 | 113 | 0,44 | | 0,44 | | 0,02 | | 0,02 | 32,76 | 32,76 |  |
| 8 | 4. Хлеб пшеничный | 40 | 50 | 20,24 | 25,3 | 3,28 | | 4,1 | | 0,56 | | 0,7 | 0,52 | 0,65 |  |
|  | 5. Бублик | 50 | 50 | 142 | 142 | 4,5 | | 4,5 | | 0,55 | | 0,55 | 27,7 | 27,7 |  |
|  | Итого: | **540** | **580** | **521,99** | **554,5** | **18,33** | | **19,77** | | **10,45** | | **11,55** | **91,55** | **95,77** | **86** |
|  | **Завтрак:** | **Питание 215,00руб.** | | | | | | | | | | | | |  |  |
| 93 | 1. Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 250 | 144,8 | 181 | | 5,73 | | 7,17 | | 5,2 | 6,5 | 18,84 | 23,53 |  |
| 10033 | 2. Чай с молоком | 200 | 200 | 63,9 | 63,9 | | 1,2 | | 1,2 | | 1,28 | 1,28 | 16,88 | 16,88 |  |
| 8 | 3. Хлеб пшеничный | 40 | 50 | 20,24 | 25,3 | | 3,28 | | 4,1 | | 0,56 | 0,7 | 0,52 | 0,65 |  |
| 41 | 4. Масло сливочное (порциями) | 10 | 15 | 75 | 112,5 | | 0 | | 0 | | 8,2 | 12,3 | 0,1 | 0,15 |  |
|  | 5. Бублик | 50 | 50 | 142 | 142 | | 4,5 | | 4,5 | | 0,55 | 0,55 | 27,7 | 27,7 |  |
|  | Итого: | **500** | **565** | **445,94** | **524,7** | | **14,71** | | **16,97** | | **15,79** | **21,33** | **64,04** | **68,91** |  |
|  | **Обед:** |  |  |  |  | |  | |  | |  |  |  |  |  |  |
| 31 | 1. Салат "Пестрый" | 80 | 100 | 70 | 88 | | 0,8 | | 1 | | 3,6 | 4,5 | 8,6 | 10,8 |  |
| 180 | 2. Уха ростовская | 200 | 250 | 108,3 | 135,4 | | 5,56 | | 6,95 | | 4,44 | 5,55 | 11,36 | 14,2 |  |
| 298 | 3. Ленивые голубцы со сметанным соусом | 100 | 100 | 109,5 | 109,5 | | 7,06 | | 7,06 | | 4,52 | 4,52 | 10,13 | 10,13 |  |
| 694 | 4. Пюре картофельное | 150 | 180 | 137,25 | 164,7 | | 3,05 | | 3,67 | | 4,8 | 5,76 | 20,44 | 24,53 |  |
| 376 | 5. Компот из кураги | 200 | 200 | 113 | 113 | | 0,44 | | 0,44 | | 0,02 | 0,02 | 32,76 | 32,76 |  |
| 8 | 6. Хлеб пшеничный | 60 | 80 | 30,36 | 40,48 | | 4,92 | | 6,56 | | 0,84 | 1,12 | 0,78 | 1,04 |  |
| 89 | 7. Фрукт (банан) | 150 | 150 | 93 | 93 | | 1,62 | | 1,62 | | 0 | 0 | 21,98 | 21,98 |  |
|  | Итого: | **940** | **1060** | **661,41** | **744,08** | | **23,45** | | **27,3** | | **18,22** | **21,47** | **106,05** | **115,44** |  |
|  | **Всего:** |  |  | **1107,35** | **1268,78** | | **38,16** | | **44,27** | | **34,01** | **42,80** | **170,09** | **184,35** | **215** |