«Утверждаю»

Директор МБОУ

 «Карымкарская СОШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Хургунова С.Я.

**Меню на 08 апреля 2025г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **рец-ры** | **Наименование блюда** | **Выход**  **гр.** | **Выход**  **гр.** | **ккал** | | **белки** | | | | **жиры** | | | **углеводы** | | **Цена** | **Фото блюд** |
|  | **6 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.** | | | | | | | | | | | | |  |  |
| 99 | 1. Каша ячневая | 150 | 200 | 153 | 204 | 4,98 | | 6,64 | | 5,69 | | 7,59 | 21,09 | 28,13 |  |
| 8 | 2. Хлеб пшеничный | 50 | 50 | 25,3 | 25,3 | 4,1 | | 4,1 | | 0,7 | | 0,7 | 0,65 | 0,65 |  |
| 41 | 3. Масло сливочное (порциями) | 10 | 15 | 75 | 112,5 | 0 | | 0 | | 8,2 | | 12,3 | 0,1 | 0,15 |  |
| 693 | 4. Какао на молоке | 200 | 200 | 105,46 | 105,46 | 3,68 | | 3,68 | | 3,48 | | 3,48 | 19,62 | 19,62 |  |
|  | **Итого:** | **410** | **465** | **358,76** | **447,26** | **12,76** | | **14,42** | | **18,07** | | **24,07** | **41,46** | **48,55** | **44** |
|  | **Завтрак:** | **Питание 86,00руб.** | | | | | | | | | | | | |  |  |
| 35 | 1. Салат "Степной" | 60 | 100 | 51 | 85 | 1 | | 1,67 | | 3,6 | | 6 | 3,79 | 6,33 |  |
| 72/131 | 2. Щи из свежей капусты | 200 | 250 | 113,67 | 142,09 | 5,67 | | 7,09 | | 7 | | 8,75 | 7 | 8,75 |  |
| 378 | 3. Кисель | 200 | 200 | 105,2 | 105,2 | 0,09 | | 0,09 | | 0,04 | | 0,04 | 31,14 | 31,14 |  |
| 8 | 4. Хлеб пшеничный | 50 | 50 | 25,3 | 25,3 | 4,1 | | 4,1 | | 0,7 | | 0,7 | 0,65 | 0,65 |  |
| 39 | 5. Вафли | 30 | 30 | 106,2 | 106,2 | 0,8 | | 0,8 | | 0,9 | | 0,9 | 23 | 23 |  |
|  | Итого: | **540** | **630** | **401,37** | **463,79** | **11,66** | | **13,75** | | **12,24** | | **16,39** | **65,58** | **69,87** | **86** |
|  | **Завтрак:** | **Питание 215,00руб.** | | | | | | | | | | | | |  |  |
| 99 | 1. Каша ячневая | 150 | 200 | 153 | 204 | | 4,98 | | 6,64 | | 5,69 | 7,59 | 21,09 | 28,13 |  |
| 8 | 2. Хлеб пшеничный | 50 | 50 | 25,3 | 25,3 | | 4,1 | | 4,1 | | 0,7 | 0,7 | 0,65 | 0,65 |  |
| 41 | 3. Масло сливочное (порциями) | 10 | 15 | 75 | 112,5 | | 0 | | 0 | | 8,2 | 12,3 | 0,1 | 0,15 |  |
| 693 | 4. Какао на молоке | 200 | 200 | 105,46 | 105,46 | | 3,68 | | 3,68 | | 3,48 | 3,48 | 19,62 | 19,62 |  |
| 39 | 5. Вафли | 30 | 30 | 106,2 | 106,2 | | 0,8 | | 0,8 | | 0,9 | 0,9 | 23 | 23 |  |
| 35 | 6. Салат "Степной" | 60 | 100 | 51 | 85 | | 1 | | 1,67 | | 3,6 | 6 | 3,79 | 6,33 |  |
|  | **Итого:** | **500** | **595** | **515,96** | **638,46** | | **14,56** | | **16,89** | | **22,57** | **30,97** | **68,25** | **77,88** |  |
|  | **Обед:** |  |  |  |  | |  | |  | |  |  |  |  |  |  |
| 72/131 | 1. Щи из свежей капусты | 200 | 250 | 113,67 | 142,09 | | 5,67 | | 7,09 | | 7 | 8,75 | 7 | 8,75 |  |
| 18 | 2. Котлета рубленая из птицы | 100 | 100 | 155,62 | 155,62 | | 15,87 | | 15,87 | | 5,12 | 5,12 | 6,5 | 6,5 |  |
| 350 | 3. Рагу овощное | 150 | 180 | 119,25 | 143,1 | | 3,52 | | 4,23 | | 6,67 | 8 | 11,5 | 13,8 |  |
| 378 | 4. Кисель | 200 | 200 | 105,2 | 105,2 | | 0,09 | | 0,09 | | 0,04 | 0,04 | 31,14 | 31,14 |  |
| 8 | 5. Хлеб пшеничный | 60 | 80 | 30,36 | 40,48 | | 4,92 | | 6,56 | | 0,84 | 1,12 | 0,78 | 1,04 |  |
| 88 | 6. Фрукт (яблоко) | 100 | 100 | 47 | 47 | | 0,25 | | 0,25 | | 0,25 | 0,25 | 10,25 | 10,25 |  |
|  | Итого: | **810** | **910** | **571,1** | **633,49** | | **30,32** | | **34,09** | | **19,92** | **23,28** | **67,17** | **71,48** |  |
|  | **Всего:** |  |  | **1087,1** | **1271,95** | | **44,88** | | **50,98** | | **42,49** | **54,25** | **135,42** | **149,36** | **215** |