



Согласовано

Директор МБОУ "..." 73 "

Липина Е.С.

## МЕНЮ

на 10 марта 2025 г.

День: первый Неделя: первая

### Возрастная категория: дети с овз 7-11 лет

№ ред.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
127-08	Каша пшеничная молочная вязкая	200	7,82	8,49	38,80	278,11	33,69
149	Какао с молоком	200	3,30	1,06	14,69	70,46	
тгк	Хлеб пшеничный	40	2,86	0,28	18,86	89,57	15,82
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>440</b>	<b>13,98</b>	<b>9,83</b>	<b>72,35</b>	<b>438,14</b>	<b>3,56</b>
<b>Обед</b>							
95В	Салат "Мартовский"	60	2,07	5,29	6,83	91,23	18,93
46	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,13	2,08	16,26	90,97	9,16
164/1В	Котлета "Московская" (гов, свин)	60	8,62	9,74	10,51	168,22	43,72
106-13	Каша гречневая вязкая	150	5,76	5,83	25,20	175,50	10,00
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	5,75
тгк	Хлеб пшеничный	21	1,50	0,15	9,90	47,02	1,87
тгк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	1,62
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>711</b>	<b>21,53</b>	<b>23,31</b>	<b>89,70</b>	<b>659,54</b>	<b>1,62</b>
<b>Итого за день</b>			<b>35,51</b>	<b>33,14</b>	<b>162,05</b>	<b>1097,67</b>	<b>144,12</b>

### Возрастная категория: дети с овз 12-18 лет

№ ред.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
<b>Завтрак</b>							
127-08	Каша пшеничная молочная вязкая	250	9,77	10,61	48,50	347,64	42,06
149	Какао с молоком	200	3,30	1,06	14,69	70,46	15,82
тгк	Хлеб пшеничный	40	2,86	0,28	18,86	89,57	3,56
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>490</b>	<b>15,93</b>	<b>11,95</b>	<b>82,05</b>	<b>507,66</b>	
<b>Обед</b>							
95В	Салат "Мартовский"	60	2,07	5,29	6,83	91,23	18,93
46	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,66	2,60	20,33	113,71	11,46
164/1В	Котлета "Московская" (гов, свин)	60	8,62	9,74	10,51	168,22	43,72
106-13	Каша гречневая вязкая	180	6,91	7,00	30,24	210,60	12,00
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	5,75
тгк	Хлеб пшеничный	31	2,22	0,22	14,61	69,41	2,76
тгк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	1,62
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>801</b>	<b>23,93</b>	<b>25,07</b>	<b>103,52</b>	<b>739,77</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>39,87</b>	<b>37,02</b>	<b>185,57</b>	<b>1247,43</b>	<b>157,68</b>

Заведующая производством

Ответственная по питанию

Борисова О.А.



Утверждаю:

Директор МБОУ "СОШ №73 "

Липина Е.С.

**МЕНЮ**

на 10 марта 2025 г.

День: первый Неделя: первая

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
---	--------------------	----------	-------------------	------------------	------------------	----------	------------

**ЗАВТРАК для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)**

82	Колбаска "Витаминка" (кур)	60	7,65	8,40	1,98	118,33	46,17
106-13	Каша пшениная вязкая	200	4,54	6,11	32,48	197,58	13,23
149	Какао с молоком	200	3,30	1,06	14,69	70,46	15,82
тгк	Джем (повидло)	7	0,03	0,00	4,21	16,03	2,13
тгк	Хлеб пшеничный	41	2,93	0,29	19,33	91,81	3,65
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>508</b>	<b>18,45</b>	<b>15,86</b>	<b>72,69</b>	<b>494,20</b>	<b>81,00</b>

**ОБЕД для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)**

95В	Салат "Мартовский"	60	2,07	5,29	6,83	91,23	18,93
46	Суп картофельный с макаронными изделиями и отварным мясом кур	200/8	2,58	1,15	20,32	106,38	17,15
164/1В	Котлета "Московская" (гов, свин)	90	12,93	14,61	15,76	252,33	65,56
106-13	Каша гречневая вязкая	150	5,76	5,83	25,20	175,50	10,00
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	5,75
тгк	Хлеб пшеничный	28	2,00	0,20	13,20	62,70	2,49
тгк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	1,62
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>756</b>	<b>26,79</b>	<b>27,30</b>	<b>102,32</b>	<b>774,73</b>	<b>121,50</b>

**КОМПЛЕКС бесплатного питания для м/о, м/д, ТЖС (81,00 руб)**

46	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,13	2,08	16,26	90,97	9,16
164/1В	Котлета "Московская" (гов, свин)	70	10,06	11,36	12,26	196,26	50,99
106-13	Каша гречневая вязкая	170	6,53	6,61	28,56	198,90	11,33
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	5,75
тгк	Хлеб пшеничный	24	1,72	0,17	11,32	53,74	2,15
тгк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	1,62
<b>Итого за 'Комплекс'</b>		<b>684</b>	<b>21,88</b>	<b>20,44</b>	<b>89,40</b>	<b>626,46</b>	<b>81,00</b>

**КОМПЛЕКС стоимостью 125 руб. 00 коп. для 5-11 классов**

95В	Салат "Мартовский"	70	2,41	6,17	7,96	106,44	22,43
46	Суп картофельный с макаронными изделиями	200/8	2,58	1,15	20,32	106,38	17,15
164/1В	Котлета "Московская" (гов, свин)	90	12,93	14,61	15,76	252,33	65,56
106-13	Каша гречневая вязкая	150	5,76	5,83	25,20	175,50	10,00
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	5,75
тгк	Хлеб пшеничный	28	2,00	0,20	13,20	62,70	2,49
тгк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	1,62
<b>Итого за 'Комплекс'</b>		<b>766</b>	<b>27,13</b>	<b>28,18</b>	<b>103,45</b>	<b>789,94</b>	<b>125,00</b>

Зав. производством:

Ответственный по питанию:

*Б.А.* Борисова О.А.