

Утверждаю:

ИП Семаковская В.Я _____



Согласовано:

Директор МАОУ

Прииртышская СОШ

М.М. Быкова _____

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
МЕНЮ**

на 13 января 2025 г.

| № рецептуры | Наименование блюд | Выход массы порции | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность ккал. | Цена блюда |
|----------------------------|---|--------------------|-------|------|----------|-------------------------------|---------------|
| Экспресс - завтрак | | | | | | | |
| табл. 25 | Выпечное изделие Булочка Выборгская | 100 | 8 | 11,3 | 51,2 | 338,2 | 27,90 |
| 493 | Чай Витаминный | 200 | 0,7 | 0,1 | 19,8 | 82,9 | 12,20 |
| Итого за прием пищи | | | | | | 421,10 | 40,10 |
| Горячий завтрак | | | | | | | |
| 564 | Булочка Нежная | 100 | 4,1 | 6,4 | 30,5 | 196 | 27,90 |
| 311 | Каша пшеничная жидкая с маслом | 200,5 | 4,8 | 6,9 | 28 | 193,30 | 29,40 |
| 493 | Чай Витаминный | 200 | 0,7 | 0,1 | 19,8 | 82,9 | 12,20 |
| табл.25 | Йогурт молочный в инд. Уп | 95 | 1,8 | 1,5 | 4,5 | 38,70 | 33,18 |
| таб 25 | Хлеб пшеничный витаминизированный | 20 | 1,2 | 0,3 | 8,1 | 41,6 | 2,51 |
| таб 25 | Хлеб ржаной | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | 2,51 |
| Итого за прием пищи | | | | | | 593,80 | 107,70 |
| Обед | | | | | | | |
| 362 | Салат "Дальневосточный" из морской капусты с яйцом отварным | 80 | 5,1 | 8,5 | 1,4 | 102,5 | 17,76 |
| " 135 | Суп из овощей с курицей, со сметаной | 250/10/5 | 5,9 | 6,3 | 16 | 144,3 | 30,25 |
| 437 | Гуляш из говядины | 100 | 9,1 | 7,5 | 3,4 | 117,5 | 59,66 |
| 512 | Рис припущенный | 150 | 3,7 | 3,6 | 29,7 | 166 | 13,10 |
| 590 | Кисель из свежих ягод | 200 | 0,3 | 0,2 | 21,5 | 89 | 10,10 |
| таб 25 | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | 2,4 | 0,7 | 16,2 | 83,2 | 5,02 |
| таб 25 | Хлеб ржаной | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | 2,51 |
| Итого за прием пищи | | | | | | 743,80 | 138,40 |

Мед работник
Соц. педагог
Зав столовой