

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Факельская средняя общеобразовательная школа

(МБОУ Факельская СОШ)

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Факельская СОШ

_____ Э.А.Касаткина

«07» марта 2025года

МЕНЮ

блюда приготовлены согласно сборника рецептов 2008 г.

на 7 марта 2025 г.

| № блюд по сборнику | Наименование блюд | Цена | Выход | Белк и | Жиры | Углевод ы | Калори й- ность | Состав блюда |
|--|------------------------------|-------|--------|--------|-------|-----------|-----------------|--|
| Возрастная категория 12 лет и старше ОВЗ | | | | | | | | |
| Завтрак 58-00 | | | | | | | | |
| 268 | Омлет натуральный | 56-76 | 200 | 21,5 | 19,38 | 4,3 | 261,53 | Яйцо, молоко, масло сливочное, соль. |
| 457 | Чай с/с | 2-36 | 200 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94,0 | Чай заварка, сахар, вода. |
| | Батон | 4-00 | 50 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 | |
| Возрастная категория 7-11 лет ОВЗ | | | | | | | | |
| Обед 69-40 | | | | | | | | |
| 104 | Щи из свежей капусты | 6-92 | 200/10 | 10,6 | 10,26 | 2,78 | 146,2 | Капуста, морковь, лук, картофель, том паста, соль, масло слив. |
| 81 | Фрикаделька «Петушок» | 54-20 | 100 | 14,3 | 17,1 | 9,5 | 247,3 | Мясо птицы, лук, хлеб, соль, масло слив. |
| | Каша пшеничная | 6-87 | 150 | 8,85 | 5,1 | 47,4 | 240,0 | Крупа пшеничная, соль, масло слив. |
| | Компот из яблок с апельсином | 14-75 | 200 | 0,5 | 0,2 | 15,6 | 67,0 | Яблоки, апельсины, вода, сахар, аскорбис-та |
| | Хлеб пшеничный | 1-85 | 25 | 1,52 | 0,16 | 9,72 | 47,6 | |
| | Хлеб ржаной | 1-98 | 30 | 2,07 | 0,36 | 12,72 | 64,2 | |
| | Банан | 18-00 | 200 | | | | | |
| Возрастная категория 7-11 лет, 12 и старше лет. ОВЗ | | | | | | | | |
| Обед 67-00 | | | | | | | | |
| 104 | Щи из свежей капусты | 8-64 | 250/10 | 13,3 | 12,83 | 3,47 | 182,75 | Капуста, морковь, лук, картофель, том паста, соль, масло слив. |
| 81 | Фрикаделька «Петушок» | 54-20 | 100 | 14,3 | 17,1 | 9,5 | 247,3 | Мясо птицы, лук, хлеб, соль, масло слив. |
| | Каша пшеничная | 8-24 | 180 | 10,6 | 20,52 | 11,4 | 296,76 | Крупа пшеничная, соль, масло слив. |
| 487 | Компот из яблок и апельсин | 14-75 | 200 | 0,5 | 0,2 | 15,6 | 67,0 | Яблоки, апельсины, вода, сахар, аскорбис-та |
| | Хлеб пшеничный | 3-70 | 50 | 3,04 | 0,32 | 19,44 | 95,2 | |
| | Хлеб ржаной | 1-98 | 30 | 2,07 | 0,36 | 12,72 | 64,2 | |
| | Банан | 18-00 | 200 | | | | | |
| Возрастная категория 12 лет и старше | | | | | | | | |
| Комплексный обед 60-00 | | | | | | | | |
| 104 | Щи из свежей капусты | 8-30 | 200/10 | 10,6 | 10,26 | 2,78 | 146,2 | Капуста, морковь, лук, картофель, том паста, соль, масло слив |
| 81 | Фрикаделька «Петушок» | 65-00 | 100 | 14,3 | 17,1 | 9,5 | 247,3 | Мясо птицы, лук, хлеб, соль, масло слив. |
| | Каша пшеничная | 8-30 | 150 | 6,75 | 6,91 | 11,79 | 208,26 | Крупа пшеничная, соль, масло слив. |
| 457 | Чай с/с | 3-00 | 200 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94,0 | Чай заварка, сахар, вода |
| | Хлеб пшеничный | 2-20 | 25 | 1,52 | 0,16 | 9,72 | 47,6 | |

| | | | | | | | | |
|--|-------------|------|----|------|------|-------|------|--|
| | Хлеб ржаной | 2-30 | 30 | 2,07 | 0,36 | 12,72 | 64,2 | |
|--|-------------|------|----|------|------|-------|------|--|