Утверждаю

 И.О Директор школы Е.П.Бисик

 Меню на 29.09.2025г

 **Для обучавшихся МБОУ «Барано-Оренбургская СОШ ПМО»**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюдо** |  **Масса порций** **(г)** |  **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
|
|  **ЗАВТРАК (ОВЗ и инвалиды десять человек)** |  |  |
| Каша жидкая молочная манная | 0,250 | 28,50 | 10,20 | 6,80 | 5,40 | 183,40 |
| Хлеб | 0,040 | 10,00 | 0,56 | 0,07 | 8,55 | 37,58 |
| Чай с лимоном | 0,200 | 1100 | 3,62 | 3,72 | 15,49 | 109,52 |
|  **ИТОГО** | **0,490** | **49,50** | **14,38** | **10,59** | **29,44** | **330,50** |
|  **ОБЕД**  |  |  |  |  |  |  |
| Борщ с картофелем и капустой | 0,250 | 35,00 | 8,61 | 8,40 | 14,34 | 167,25 |
| Макароны отварные | 0,200 | 21,00 | 6,8 | 4,52 | 26,45 | 168,45 |
| Поджарка из свинины | 0,100 | 31,00 | 20,35 | 9,80 | 20,45 | 137,82 |
| Соус молочный | 0,100 | 11,00 | 0,23 | 0,67 | 7,83 | 14,20 |
| Хлеб | 0,080 | 10,00 | 4,56 | 0,07 | 8,55 | 37,58 |
| Компот из сухофруктов | 0,200 | 9,00 | 1,40 | 1,60 | 16,40 | 86,00 |
|  **ИТОГО** | 0,1030 | 125,00 | 16,30 | 14,50 | 65,74 | 459,28 |
|  **ВСЕГО** | 1,530 | 174,50 | 38,46 | 36,46 | 128,51 | 857,90 |
|  **ОБЕД (Бесплатное питание 1-4 класс 71 человек)** |
| Молоко в индивидуальной упаковке 3,2% жирности | 0,200 | 26,20 | 3,50 | 1,40 | 6,60 | 120 |
| Макароны отварные | 0,150 | 20,00 | 4,80 | 6,00 | 23,40 | 253 |
| Поджарка из свинины | 0,100 | 19,00 | 5,68 | 7,00 | 24,50 | 101,20 |
| Соус молочный основной | 0,080 | 16,80 | 1,23 | 1,00 | 17,14 | 94,50 |
| Салат из свежей капусты | 0,100 | 5,00 | 1,00 | 0,10 | 4,60 | 120,00 |
| Хлеб | 0,080 | 10,00 | 3,40 | 1,20 | 21,00 | 91,00 |
| Чай с лимоном | 0,200 | 8,00 | 0,04 | 0 | 9,80 | 112,00 |
|  **ИТОГО** | 0,910 | 105,00 | 19,65 | 16,70 | 107,04 | 891,70 |
|  **ОБЕД ( Льготное питание 50 человек многодетные и малообеспеченные и СВО)** |
| Борщ с картофелем и капустой | 0,250 | 35,00 | 5,52 | 4,52 | 24,45 | 128,45 |
| Макароны отварные | 0,200 | 19,00 | 15,52 | 12,52 | 26,45 | 168,45 |
| Поджарка из свинины | 0,100 | 21,00 | 12,23 | 10,67 | 9,83 | 54,20 |
| Соус молочный | 0,100 | 11,00 | 6,15 | 0,02 | 4,75 | 42,20 |
| Хлеб | 0,120 | 10,00 | 0,56 | 0,07 | 8,55 | 37,58 |
| Чай с лимоном | 0,200 | 9,00 | 0,04 | 0 | 24,76 | 94,20 |
|  **ИТОГО** | 0,10 70 | 105,00 | 40,02 | 27,80 | 98,79 | 525,08 |
|  **ОБЕД ( Платное питание родительская плата 40 человек)** |
| Борщ с картофелем и капустой | 0,250 | 32,00 | 5,52 | 4,52 | 24,45 | 128,45 |
| Макароны отварные | 0,200 | 19,50 | 15,52 | 12,52 | 26,45 | 168,45 |
| Поджарка из свинины | 0,100 | 21,50 | 12,23 | 10,67 | 9,83 | 54,20 |
| Соус молочный | 0,100 | 11,00 | 6,15 | 0,02 | 4,75 | 42,20 |
| Хлеб | 0,120 | 10,00 | 0,56 | 0,07 | 8,55 | 37,58 |
| Чай с лимоном | 0,200 | 11,00 | 0,04 | 0 | 24,76 | 94,20 |
|  **ИТОГО** | 0,970 | 105,00 | 40,02 | 27,80 | 98,79 | 525,08 |