Утверждаю

И.о Директора школы Е.П.Бисик

Меню на 03.10.2025г

**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 | 32,50 | 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 | 12,00 | 3,62 | 3,72 | 15,49 | 109,52 |
| **ИТОГО** | **0,490** | **54,50** | **14,38** | **10,59** | **29,44** | **330,50** |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |
| Суп картофельный с гречкой | 0,250 | 32,00 | 8,61 | 8,40 | 14,34 | 167,25 |
| Макароны отварные | 0,200 | 21,00 | 6,8 | 4,52 | 26,45 | 168,45 |
| Котлета мясная | 0,100 | 24,00 | 20,35 | 9,80 | 20,45 | 137,82 |
| Соус красный основной | 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 | 13,00 | 1,40 | 1,60 | 16,40 | 86,00 |
| **ИТОГО** | 0,1030 | 119,00 | 16,30 | 14,50 | 65,74 | 459,28 |
| **ВСЕГО** | 1,530 | 173,50 | 38,46 | 36,46 | 128,51 | 857,90 |
| **ОБЕД (Бесплатное питание 1-4 класс 68 человек)** | | | | | | |
| Молоко в индивидуальной упаковке 3,2% жирности | 0,200 | 26,20 | 6,10 | 3,20 | 10,10 | 120 |
| Макароны отварные | 0,150 | 21,00 | 4,80 | 6,00 | 23,40 | 253 |
| Котлета мясная | 0,100 | 24,80 | 4,57 | 17,00 | 6,94 | 197,50 |
| Соус красный основной | 0,080 | 11,00 | 1,23 | 1,60 | 3,66 | 94,50 |
| Хлеб | 0,080 | 9,00 | 3,40 | 1,20 | 21,00 | 91,00 |
| Компот из сухофруктов | 0,200 | 8,00 | 0,2 | 0 | 22,5 | 52 |
| **ИТОГО** | 0,910 | 105,00 | 21,30 | 29,00 | 97,80 | 808,00 |
| **ОБЕД ( Льготное питание 51 человек многодетные и малообеспеченные и СВО)** | | | | | | |
| Суп картофельный с гречкой | 0,250 | 27,00 | 5,52 | 4,52 | 24,45 | 128,45 |
| Макароны отварные | 0,200 | 18,00 | 15,52 | 12,52 | 26,45 | 168,45 |
| Котлета мясная | 0,100 | 21,00 | 12,23 | 10,67 | 9,83 | 54,20 |
| Соус красный основной | 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 |
| Нарезка из свежих овощей | 0,100 | 7,00 | 4,56 | 4,05 | 5,70 | 102,00 |
| **ИТОГО** | 0,10 70 | 105,00 | 40,02 | 27,80 | 98,79 | 525,08 |
| **ОБЕД ( Платное питание родительская плата 40 человек)** | | | | | | |
| Суп картофельный с гречкой | 0,250 | 29,00 | 5,52 | 4,52 | 24,45 | 128,45 |
| Макароны отварные | 0,200 | 21,50 | 15,52 | 12,52 | 26,45 | 168,45 |
| Котлета мясная | 0,100 | 23,50 | 12,23 | 10,67 | 9,83 | 54,20 |
| Соус красный основной | 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 | 10,00 | 0,04 | 0 | 24,76 | 94,20 |
| **ИТОГО** | 0,970 | 105,00 | 40,02 | 27,80 | 98,79 | 525,08 |