Утверждаю

И.о .Директора школы Е.П.Бисик

Меню на 23.10.2025г

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

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюдо** | **Масса порций**  **(г)** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
|
| **ЗАВТРАК (ОВЗ и инвалиды девять человек)** | | | | |  |  |
| Каша молочная жидкая из овсяных хлопьев | 0,200 | 34,50 | 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 | 11,00 | 3,62 | 3,72 | 15,49 | 109,52 |
| **ИТОГО** | **0,440** | **55,50** | **14,38** | **10,59** | **29,44** | **330,50** |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |
| Суп картофельный с гречкой | 0,250 | 30,50 | 8,61 | 8,40 | 14,34 | 167,25 |
| Макароны отварные | 0,200 | 21,50 | 5,52 | 4,52 | 26,45 | 168,45 |
| Рыба припущенная | 0,100 | 31,50 | 13,06 | 9,80 | 20,45 | 137,82 |
| Соус белый основной | 0,100 | 12,50 | 0,23 | 0,67 | 7,83 | 14,20 |
| Хлеб | 0,080 | 10,00 | 0,56 | 0,07 | 8,55 | 37,58 |
| Компот из сухофруктов | 0,200 | 11,50 | 1,40 | 1,60 | 16,40 | 86,00 |
| **ИТОГО** | 0,930 | 117,50 | 16,30 | 14,50 | 65,74 | 459,28 |
| **ВСЕГО** | 1,380 | 173,50 | 38,46 | 36,46 | 128,51 | 857,90 |
| **ОБЕД (Бесплатное питание 1-4 класс 68 человек)** | | | | | | |
| Молоко в инд-ной упак 3,2% жирности | 0,200 | 26,20 | 3,6 | 5,3 | 15,8 | 120,00 |
| Нарезка (огурец солёный) | 0,060 | 7,00 | 1,50 | 3,00 | 9,30 | 74,68 |
| Макароны отварные | 0,150 | 19,50 | 4,80 | 6,00 | 23,40 | 253,00 |
| Рыба припущенная | 0,100 | 21,80 | 5,00 | 9,00 | 0,86 | 234,00 |
| Соус белый основной | 0,080 | 9,00 | 5,68 | 2,80 | 12,14 | 94,50 |
| Хлеб пшеничный | 0,080 | 5,00 | 3,40 | 1,20 | 21,00 | 91,00 |
| Чай с лимоном | 0,200 | 7,00 | 0,04 | 0,00 | 9,80 | 112,00 |
| Масло порционное | 0,010 | 9,50 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 74,8 |
| **ИТОГО** | 0,870 | 105,00 | 24,07 | 35,55 | 92,38 | 1053,98 |
| **ОБЕД ( Льготное питания 53 человек многодетные и малообеспеченные и СВО)** | | | | | | |
| Суп картофельный с гречкой | 0,250 | 26,00 | 5,52 | 4,52 | 24,45 | 128,45 |
| Макароны отварные | 0,200 | 21,00 | 15,52 | 12,52 | 26,45 | 168,45 |
| Рыба припущенная | 0,100 | 30,00 | 12,23 | 10,67 | 9,83 | 54,20 |
| Соус белый основной | 0,100 | 9,00 | 6,15 | 0,02 | 4,75 | 42,20 |
| Хлеб | 0,120 | 7,00 | 0,56 | 0,07 | 8,55 | 37,58 |
| Чай с лимоном | 0,200 | 7,00 | 0,04 | 0 | 24,76 | 94,20 |
| **ИТОГО** | 0,970 | 105,00 | 40,02 | 27,80 | 98,79 | 525,08 |
| **ОБЕД ( Платное питание родительская плата 40 человек)** | | | | | | |
| Суп картофельный с гречкой | 0,250 | 26,00 | 5,52 | 4,52 | 24,45 | 128,45 |
| Макароны отварные | 0,200 | 21,00 | 15,52 | 12,52 | 26,45 | 168,45 |
| Рыба припущенная | 0,100 | 30,00 | 12,23 | 10,67 | 9,83 | 54,20 |
| Соус белый основной | 0,100 | 9,00 | 6,15 | 0,02 | 4,75 | 42,20 |
| Хлеб | 0,120 | 7,00 | 0,56 | 0,07 | 8,55 | 37,58 |
| Чай с лимоном | 0,200 | 7,00 | 0,04 | 0 | 24,76 | 94,20 |
| **ИТОГО** | 0,970 | 105,00 | 40,02 | 27,80 | 98,79 | 525,08 |