



Утверждаю:

Директор МБОУ "СЭЛ № 45 "

И.В.Полякова

**МЕНЮ**  
**на 10 апреля 2025 г.**

День: четвёртый Неделя: первая

| №                                               | Наименование блюда                 | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево- | ЭЦ, ккал | Цена, руб. |
|-------------------------------------------------|------------------------------------|----------|----------|---------|---------|----------|------------|
|                                                 |                                    |          | всего    | всего   | пы, г   |          |            |
| ЗАВТРАК для обучающихся в 1-4 классах (1 смена) |                                    |          |          |         |         |          |            |
| 164/1В                                          | Котлета "Московская" (гов,свин)    | 65       | 7,16     | 8,39    | 11,38   | 117,24   | 47,38      |
| 106                                             | Каша гречневая вязкая              | 200      | 6,68     | 6,77    | 23,60   | 183,01   | 13,33      |
| 629                                             | Чай с лимоном                      | 200      | 0,24     | 0,05    | 14,07   | 55,61    | 6,11       |
| тгк                                             | Кекс для детского питания (хл/зав) | 28       | 1,70     | 4,16    | 10,68   | 124,04   | 10,00      |
| тгк                                             | Хлеб пшеничный                     | 47       | 3,35     | 0,33    | 22,15   | 105,24   | 4,18       |
| Итого за 'Завтрак '                             |                                    | 540      | 19,13    | 19,70   | 81,89   | 585,14   | 81,00      |

**ОБЕД для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)**

|                  |                                        |     |       |       |        |        |        |
|------------------|----------------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|--------|
| 573В             | Салат "Ульява"                         | 60  | 4,43  | 6,98  | 8,81   | 150,39 | 21,85  |
| 39               | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 200 | 1,57  | 4,87  | 10,95  | 90,94  | 15,06  |
| 461              | Биточки (котлеты) из мяса кур          | 90  | 11,52 | 6,78  | 12,58  | 145,18 | 59,15  |
| 106-13           | Каша пшеничная вязкая                  | 150 | 4,88  | 4,23  | 34,52  | 169,50 | 9,62   |
| 29В              | Напиток из черноплодной рябины         | 200 | 0,28  | 0,34  | 18,16  | 70,47  | 10,66  |
| тгк              | Хлеб пшеничный                         | 31  | 2,21  | 0,21  | 14,61  | 69,41  | 2,74   |
| тгк              | Хлеб ржаной                            | 30  | 1,86  | 0,32  | 11,39  | 53,01  | 2,42   |
| Итого за 'Обед ' |                                        | 761 | 26,75 | 23,73 | 111,02 | 748,90 | 121,50 |

**КОМПЛЕКС бесплатного питания для м/о, м/д, ТЖС (81,00 руб)**

|                      |                                        |     |       |       |       |        |       |
|----------------------|----------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-------|
| 39                   | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 200 | 1,57  | 4,87  | 10,95 | 90,94  | 15,06 |
| 461                  | Биточки (котлеты) из мяса кур          | 70  | 8,96  | 5,27  | 9,78  | 112,92 | 46,01 |
| 106-13               | Каша пшеничная вязкая                  | 150 | 4,88  | 4,23  | 34,52 | 169,50 | 9,62  |
| 153                  | Компот из сухофруктов                  | 200 | 0,21  | 0,01  | 13,42 | 51,25  | 5,75  |
| тгк                  | Хлеб пшеничный                         | 24  | 1,71  | 0,17  | 11,31 | 53,74  | 2,14  |
| тгк                  | Хлеб ржаной                            | 30  | 1,86  | 0,32  | 11,39 | 53,01  | 2,42  |
| Итого за 'Комплекс ' |                                        | 674 | 19,19 | 14,87 | 91,37 | 531,36 | 81,00 |

|                      |  |   |      |      |      |      |      |
|----------------------|--|---|------|------|------|------|------|
|                      |  |   |      |      |      |      |      |
|                      |  |   |      |      |      |      |      |
|                      |  |   |      |      |      |      |      |
|                      |  |   |      |      |      |      |      |
|                      |  |   |      |      |      |      |      |
|                      |  |   |      |      |      |      |      |
|                      |  |   |      |      |      |      |      |
|                      |  |   |      |      |      |      |      |
| Итого за 'Комплекс ' |  | 0 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |

Зав. производством:

Ответственный по питанию:

Л.В.Никишкина

И.В.Бокова