

Утверждаю:

Директор МБОУ "СЭЛ № 45 "

И.В.Полякова

**МЕНЮ**  
на 15 января 2025 г.

День: третий Неделя: первая

| № | Наименование блюда | Выход, г | Белки г | Жиры г | Углево-<br>ды г | ЭЦ, ккал | Цена, руб. |
|---|--------------------|----------|---------|--------|-----------------|----------|------------|
|   |                    |          | всего   | всего  |                 |          |            |

**ЗАВТРАК для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)**

|                            |                              |            |              |              |              |               |              |
|----------------------------|------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| 125-08                     | Каша манная молочная вязкая  | 190        | 8,51         | 11,94        | 23,53        | 216,77        | 35,04        |
| 630                        | Чай с молоком или сливками   | 200        | 1,54         | 1,58         | 11,34        | 63,47         | 8,61         |
| тгк                        | Печенье для детского питания | 50         | 3,70         | 5,50         | 16,00        | 155,50        | 14,35        |
| тгк                        | Хлеб пшеничный               | 45         | 3,22         | 0,32         | 21,22        | 100,76        | 3,64         |
| тгк                        | Яблоки                       | 100        | 0,40         | 0,40         | 11,60        | 48,68         | 19,36        |
| <b>Итого за 'Завтрак '</b> |                              | <b>585</b> | <b>17,37</b> | <b>19,74</b> | <b>83,69</b> | <b>585,18</b> | <b>81,00</b> |

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

|                         |   |            |              |              |               |               |               |
|-------------------------|---|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
| 3/1                     | Салат из белокочанной капусты с раст/маслом | 60         | 0,96         | 3,58         | 5,35          | 54,94         | 6,09          |
| 151/1                   | Суп-лапша с отварным мясом кур              | 200/15     | 5,21         | 3,97         | 15,60         | 105,08        | 19,32         |
| тгк                     | Картофель тушеный с фаршем (гов)            | 240        | 15,43        | 16,58        | 39,60         | 384,04        | 85,27         |
| 629                     | Чай с лимоном                               | 200        | 0,24         | 0,05         | 14,07         | 55,61         | 6,11          |
| тгк                     | Хлеб пшеничный                              | 30         | 2,15         | 0,21         | 14,15         | 67,18         | 2,43          |
| тгк                     | Хлеб ржаной                                 | 31         | 1,93         | 0,33         | 11,76         | 54,78         | 2,28          |
| <b>Итого за 'Обед '</b> |   | <b>776</b> | <b>25,91</b> | <b>24,72</b> | <b>100,53</b> | <b>721,62</b> | <b>121,50</b> |

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



|                             |                                  |            |              |              |              |               |              |
|-----------------------------|----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| 151/1                       | Суп-лапша                        | 200        | 1,88         | 3,72         | 12,35        | 89,30         | 4,26         |
| тгк                         | Картофель тушеный с фаршем (гов) | 190        | 12,22        | 13,13        | 31,35        | 304,03        | 67,54        |
| 629                         | Чай с лимоном                    | 200        | 0,24         | 0,05         | 14,07        | 55,61         | 6,11         |
| тгк                         | Хлеб пшеничный                   | 20         | 1,43         | 0,14         | 9,43         | 44,78         | 1,62         |
| тгк                         | Хлеб ржаной                      | 20         | 1,24         | 0,21         | 7,59         | 35,34         | 1,47         |
| <b>Итого за 'Комплекс '</b> |                                  | <b>630</b> | <b>17,01</b> | <b>17,25</b> | <b>74,79</b> | <b>529,07</b> | <b>81,00</b> |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**Итого за 'Комплекс '** 776 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00

Зав. производством:

Ответственный по питанию:

 Л.В.Никишкина  
 И.В.Бокова