



Утверждаю:

Директор МБОУ "СЭЛ № 45 "

И.В.Полякова

**МЕНЮ**  
на 9 января 2025 г.

День: четвертый Неделя: вторая

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

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

129-08	Каша овсяная "Геркулес"молочная	200	8,71	11,10	24,92	235,05	35,31
106	Запеканка из творога со сгущ/молоком	60/10	7,40	8,11	14,76	193,53	39,79
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	2,66
тتك	Хлеб пшеничный	40	2,85	0,28	18,85	89,57	3,24
<b>Итого за 'Завтрак '</b>		<b>510</b>	<b>19,15</b>	<b>19,53</b>	<b>67,75</b>	<b>554,03</b>	<b>81,00</b>

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

37/1	Салат из свёклы с сыром	60	2,92	4,79	5,06	72,67	17,32
44	Агырчи шыд с отварным мясом кур	200/9	3,76	5,52	13,34	135,13	21,81
179В	Котлета "Донская" (кур)	90	13,12	9,91	12,54	190,97	52,31
106-13	Каша рисовая вязкая	150	2,26	2,97	23,70	130,90	11,38
102В	Напиток "Витаминный"	200	0,39	0,13	22,83	88,47	14,41
тتك	Хлеб пшеничный	30	2,14	0,21	14,14	67,18	2,43
тتك	Хлеб ржаной	25	1,55	0,26	9,49	44,18	1,84
<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>764</b>	<b>26,14</b>	<b>23,79</b>	<b>101,10</b>	<b>729,49</b>	<b>121,50</b>

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

44	Агырчи шыд	200	2,76	5,25	11,30	106,90	12,84
179В	Котлета "Донская" (кур)	75	10,93	8,26	10,45	159,14	43,59
106-13	Каша рисовая вязкая	190	2,86	3,76	30,02	165,80	14,41
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	6,11
тتك	Хлеб пшеничный	30	2,14	0,21	14,14	67,18	2,43
тتك	Хлеб ржаной	22	1,36	0,23	8,35	38,88	1,62
<b>Итого за 'Комплек '</b>		<b>717</b>	<b>20,30</b>	<b>17,76</b>	<b>88,33</b>	<b>593,50</b>	<b>81,00</b>


**Итого за 'Комплек '** 764 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00

Зав. производством:  
Ответственный по питанию:

Л.В.Никишкина  
  
И.В.Бокова