



Согласовано:

Директор МБОУ "СЭЛ № 45"

И.В.Полякова

**МЕНЮ**

на 14 января 2025 г.

День: второй Неделя: первая

**Возрастная категория: дети с овз 7-11 лет**

| № рец.                    | Наименование блюда                            | Выход, г   | Белки, г     | Жиры, г      | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал       | Цена, руб.    |
|---------------------------|---|------------|--------------|--------------|------------------|----------------|---------------|
|                           |   |            | всего        | всего        |                  |                |               |
| <b>Завтрак</b>            |   |            |              |              |                  |                |               |
| 128-08                    | Каша пшеничная молочная вязкая со слив/маслом | 200/10     | 4,80         | 9,46         | 8,94             | 130,60         | 30,37         |
| 148-08                    | Кофейный напиток на молоке                    | 200        | 2,77         | 0,57         | 15,69            | 70,04          | 16,26         |
| тгк                       | Хлеб пшеничный                                | 50         | 3,57         | 0,35         | 23,57            | 111,96         | 4,05          |
| <b>Итого за "Завтрак"</b> |   | <b>460</b> | <b>11,14</b> | <b>10,38</b> | <b>48,20</b>     | <b>312,60</b>  |               |
| <b>Обед</b>               |   |            |              |              |                  |                |               |
| 116В                      | Салат "Заря"                                  | 60         | 1,71         | 6,05         | 4,99             | 78,29          | 10,72         |
| 129                       | Рассольник ленинградский со сметаной          | 200        | 2,20         | 5,02         | 15,40            | 114,29         | 16,69         |
| 105В                      | Котлета куриная "Нежная"                      | 60         | 9,57         | 5,55         | 7,38             | 123,19         | 38,93         |
| 97                        | Макаронные изделия отварные                   | 150        | 5,47         | 3,95         | 35,13            | 197,43         | 12,26         |
| 699В                      | Напиток из мандаринов                         | 200        | 0,11         | 0,03         | 23,05            | 88,31          | 11,10         |
| тгк                       | Хлеб пшеничный                                | 28         | 2,00         | 0,20         | 13,20            | 62,70          | 2,27          |
| тгк                       | Хлеб ржаной                                   | 20         | 1,24         | 0,21         | 7,59             | 35,34          | 1,47          |
| <b>Итого за "Обед"</b>    |   | <b>718</b> | <b>22,30</b> | <b>21,01</b> | <b>106,74</b>    | <b>699,55</b>  |               |
| <b>Итого за день</b>      |   |            | <b>33,44</b> | <b>31,39</b> | <b>154,94</b>    | <b>1012,15</b> | <b>144,12</b> |

**Возрастная категория: дети с овз 12-18 лет**

| № рец.                    | Наименование блюда                            | Выход, г   | Белки, г     | Жиры, г      | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал       | Цена, руб.    |
|---------------------------|---|------------|--------------|--------------|------------------|----------------|---------------|
|                           |   |            | всего        | всего        |                  |                |               |
| <b>Завтрак</b>            |   |            |              |              |                  |                |               |
| 128-08                    | Каша пшеничная молочная вязкая со слив/маслом | 250        | 5,71         | 11,26        | 10,64            | 155,48         | 36,15         |
| 148-08                    | Кофейный напиток на молоке                    | 200        | 2,77         | 0,57         | 15,69            | 70,04          | 16,26         |
| тгк                       | Хлеб пшеничный                                | 50         | 3,57         | 0,35         | 23,57            | 111,96         | 4,05          |
| <b>Итого за "Завтрак"</b> |   | <b>500</b> | <b>12,05</b> | <b>12,18</b> | <b>49,90</b>     | <b>337,48</b>  |               |
| <b>Обед</b>               |   |            |              |              |                  |                |               |
| 116В                      | Салат "Заря"                                  | 60         | 1,71         | 6,05         | 4,99             | 78,29          | 10,72         |
| 129                       | Рассольник ленинградский со сметаной          | 250        | 2,75         | 6,28         | 19,25            | 142,86         | 20,83         |
| 105В                      | Котлета куриная "Нежная"                      | 60         | 9,57         | 5,55         | 7,38             | 123,19         | 38,93         |
| 97                        | Макаронные изделия отварные                   | 190        | 6,93         | 5,00         | 44,50            | 250,08         | 15,52         |
| 699В                      | Напиток из мандаринов                         | 200        | 0,11         | 0,03         | 23,05            | 88,31          | 11,10         |
| тгк                       | Хлеб пшеничный                                | 30         | 2,14         | 0,21         | 14,14            | 67,18          | 2,43          |
| тгк                       | Хлеб ржаной                                   | 23         | 1,43         | 0,24         | 8,73             | 40,64          | 1,69          |
| <b>Итого за "Обед"</b>    |   | <b>813</b> | <b>24,64</b> | <b>23,36</b> | <b>122,04</b>    | <b>790,55</b>  |               |
| <b>Итого за день</b>      |   |            | <b>36,70</b> | <b>35,54</b> | <b>171,94</b>    | <b>1128,03</b> | <b>157,68</b> |

Заведующая производством:

/Л.В.Никишкина

Ответственная по питанию:

/И.В.Бокова