



Согласовано:

Директор МБОУ "СЭЛ № 45 "

И.В.Полякова

## МЕНЮ

на 23 января 2025 г.

День: четвертый Неделя: вторая

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

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
<b>Завтрак</b>							
129-08	Каша овсяная "Геркулес"молочная со слив/маслом	200/10	9,15	12,70	23,02	246,80	37,07
334В	Чай с шиповником	200	0,50	0,16	20,25	78,12	6,93
тгк	Хлеб пшеничный	50	3,57	0,35	23,57	111,96	4,05
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>460</b>	<b>13,22</b>	<b>13,21</b>	<b>66,84</b>	<b>436,88</b>	
<b>Обед</b>							
37/1	Салат из свёклы с сыром	60	2,92	4,79	5,06	72,67	17,32
44	Агырчи шыд	200	2,76	5,25	11,30	106,90	12,84
179В	Котлета "Донская" (кур)	70	10,20	7,71	9,75	148,53	40,69
106-13	Каша рисовая вязкая	170	2,56	3,37	26,86	148,35	12,87
253	Компот из кураги	200	0,98	0,05	21,64	81,78	8,86
тгк	Хлеб пшеничный	25	1,79	0,18	11,78	55,98	2,02
тгк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	1,47
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>745</b>	<b>22,46</b>	<b>21,55</b>	<b>93,98</b>	<b>649,56</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>35,68</b>	<b>34,76</b>	<b>160,82</b>	<b>1086,44</b>	<b>144,12</b>

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

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
<b>Завтрак</b>							
129-08	Каша овсяная "Геркулес"молочная	250	10,89	13,88	31,15	293,81	44,13
334В	Чай с шиповником	200	0,50	0,16	20,25	78,12	6,93
тгк	Хлеб пшеничный	50	3,57	0,35	23,57	111,96	4,05
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>500</b>	<b>14,96</b>	<b>14,39</b>	<b>74,97</b>	<b>483,89</b>	
<b>Обед</b>							
37/1	Салат из свёклы с сыром	60	2,92	4,79	5,06	72,67	17,32
44	Агырчи шыд	250	3,45	6,56	14,13	133,63	16,01
179В	Котлета "Донская" (кур)	75	10,93	8,26	10,45	159,14	43,61
106-13	Каша рисовая вязкая	170	2,56	3,37	26,86	148,35	12,87
253	Компот из кураги	200	0,98	0,05	21,64	81,78	8,86
тгк	Хлеб пшеничный	30	2,14	0,21	14,14	67,18	2,43
тгк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	1,47
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>805</b>	<b>24,22</b>	<b>23,45</b>	<b>99,87</b>	<b>698,09</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>39,19</b>	<b>37,83</b>	<b>174,84</b>	<b>1181,98</b>	<b>157,68</b>

Заведующая производством:

Отв. по питанию

/Л.В.Никишкина

И.В.Боклова