

# МЕНЮ

Ежедневное меню для обучающихся МАОУ «Ключёвская ООШ»

Дата: « 21 » марта 2025г

Сезон: Весенне-летний период

Неделя: 1

День: Пятница

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                     | Выход, г | Белки | Жиры | Углевод | Калорийнос | Цена  |
|------------|-------------|--------|---------------------------|----------|-------|------|---------|------------|-------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 54-10  | Омлет натуральный         | 150      | 12,7  | 18   | 8,2     | 225,5      | 28,21 |
|            | гор.напиток | 54-21  | Какао с молоком           | 200      | 4,7   | 3,5  | 12,5    | 100,4      | 16,00 |
|            | хлеб        | 54-13  | Хлеб пшеничный            | 100      | 7,6   | 0,8  | 49,2    | 234,4      | 8,00  |
|            |             | 54-13  | Сыр тверд. сорт в паре    | 10       | 2,3   | 3    | 0       | 35,8       | 5,00  |
| Завтрак 2  | фрукты      | 54-13  | Мандарин                  | 100      | 0,8   | 0,2  | 7,5     | 35         | 12,00 |
|            |             |        |                           | 560      | 28,1  | 25,5 | 72,4    | 631,7      | 69,21 |
| Обед       | закуска     | 54-13  | Салат из свеклы с грибами | 200      | 2,9   | 10,8 | 25,9    | 212,4      | 14,50 |
|            | 1 блюдо     | 54-13  | Суп картофель. с рыбой    | 300      | 16,5  | 5,8  | 22,3    | 202,3      | 18,95 |
|            | 2 блюдо     |        |                           |          |       |      |         |            |       |
|            | гарнир      |        |                           |          |       |      |         |            |       |
|            | сладкое     | 54-21  | Кисель из апельсинов      | 200      | 0,4   | 0,1  | 14,3    | 59,8       | 10    |
|            | хлеб бел.   | 54-13  | Хлеб пшеничный            | 100      | 7,6   | 0,8  | 49,2    | 234,4      | 7,0   |
|            | хлеб черн.  | 54-13  | Хлеб ржаной - кислый      | 100      | 6,6   | 1,2  | 39,6    | 195,6      | 6,0   |
|            |             |        |                           | 900      | 34    | 18,7 | 151,3   | 909,5      | 51,45 |
|            |             |        |                           | 1460     | 62,1  | 44,2 | 223,7   | 1540,6     |       |

Ответственный за питание

Мурзина В.П.