



«Утверждаю»  
 Директор школы

Р.Д.Оленёва

**МЕНЮ на «27» февраля 2025 г.  
 Четверг (1 неделя)**

| № п/п | Наименование блюд   | Выход 1-4 кл | Цена  | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г  | Калорийность, ккал | Витамин В1, мг | Витамин С, мг | Витамин А, мг | Витамин Е, мг | Са, мг        | Р, мг         | Мg, мг       | Fe, мг      |
|-------|---|--------------|-------|--------------|--------------|--------------|--------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| 1     | Свекла отварная дольками                                      | 60           | 69,43 | 1,08         | 0,06         | 5,88         | 28,80              | 0,01           | 5,34          | 0,00          | 0,06          | 27,00         | 30,60         | 15,60        | 1,02        |
|       | Котлета из мяса птицы   | 90           |       | 10,20        | 12,93        | 13,79        | 198,00             | 0,09           | 0,94          | 46,26         | 2,52          | 47,83         | 85,09         | 18,72        | 1,26        |
|       | Пюре картофельное с маслом сливочным                          | 150/3        |       | 3,08         | 6,25         | 20,47        | 150,45             | 0,14           | 18,16         | 8,00          | 0,20          | 37,46         | 87,20         | 27,75        | 1,01        |
|       | Чай с сахаром, с яблоком                                      | 180/10/10    |       | 0,11         | 0,06         | 10,98        | 44,70              | 0,00           | 1,03          | 0,00          | 0,02          | 12,55         | 3,90          | 2,30         | 0,48        |
|       | Хлеб пшеничный  | 30           |       | 2,28         | 0,24         | 14,76        | 70,50              | 0,03           | 0,00          | 0,00          | 0,33          | 6,00          | 19,50         | 4,20         | 0,33        |
|       | Хлеб ржаной   | 40           |       | 2,64         | 0,48         | 15,84        | 79,20              | 0,07           | 0,00          | 0,00          | 0,56          | 11,60         | 60,00         | 18,80        | 1,56        |
|       | <b>Итого:</b>   | <b>573</b>   |       | <b>19,39</b> | <b>20,02</b> | <b>81,72</b> | <b>571,65</b>      | <b>0,34</b>    | <b>25,47</b>  | <b>54,26</b>  | <b>3,69</b>   | <b>172,43</b> | <b>286,28</b> | <b>87,37</b> | <b>5,66</b> |
|       | <b>Выход 5-11 кл</b>  |              |       |              |              |              |                    |                |               |               |               |               |               |              |             |
| 2     | Свекла отварная дольками                                      | 100          | 59,83 | 1,80         | 0,10         | 9,80         | 48,00              | 0,02           | 8,90          | 0,00          | 0,10          | 45,00         | 51,00         | 26,00        | 1,70        |
|       | Котлета из мяса птицы с картофельное пюре, с маслом сливочным | 90/150/3     |       | 13,28        | 18,58        | 34,26        | 348,45             | 0,23           | 19,10         | 54,26         | 2,72          | 115,28        | 172,28        | 46,47        | 2,27        |
|       | Чай с сахаром, с яблоком                                      | 180/10/10    |       | 0,11         | 0,06         | 10,98        | 44,70              | 0,00           | 1,03          | 0,00          | 0,02          | 12,55         | 3,90          | 2,30         | 0,48        |
|       | Хлеб пшеничный  | 20           |       | 1,52         | 0,16         | 9,84         | 47,00              | 0,02           | 0,00          | 0,00          | 0,22          | 4,00          | 13,00         | 2,80         | 0,22        |
|       | Хлеб ржаной   | 30           |       | 1,98         | 0,36         | 11,88        | 59,40              | 0,05           | 0,00          | 0,00          | 0,42          | 8,70          | 45,00         | 14,10        | 1,17        |
|       | <b>Итого:</b>   | <b>603</b>   |       | <b>18,69</b> | <b>19,26</b> | <b>76,76</b> | <b>547,55</b>      | <b>0,32</b>    | <b>29,03</b>  | <b>54,26</b>  | <b>3,48</b>   | <b>185,53</b> | <b>285,18</b> | <b>91,67</b> | <b>5,84</b> |
|       | <b>Выход 1-11 кл</b>  |              |       |              |              |              |                    |                |               |               |               |               |               |              |             |
| 3     | Рассольник ленинградский, со сметаной                         | 250/7        | 65    | 2,20         | 6,14         | 12,23        | 118,59             | 0,09           | 8,40          | 7,00          | 2,37          | 35,31         | 61,00         | 24,81        | 0,94        |
|       | Омлет натуральный   | 150          |       | 15,14        | 16,90        | 2,69         | 223,58             | 0,11           | 0,28          | 298,58        | 0,68          | 109,42        | 242,83        | 17,66        | 2,86        |
|       | Напиток из шиповника  | 200          |       | 0,68         | 0,28         | 10,76        | 48,20              | 0,01           | 100,00        | 0             | 0,76          | 21,34         | 3,44          | 3,44         | 0,63        |
|       | Хлеб сельский/белый   | 20/20        |       | 5,37         | 6,59         | 11,18        | 133,57             | 0,06           | 10,70         | 9,20          | 2,45          | 60,18         | 74,60         | 28,96        | 3,44        |
|       | <b>Итого:</b>   | <b>647</b>   |       | <b>23,90</b> | <b>29,90</b> | <b>36,87</b> | <b>523,94</b>      | <b>0,28</b>    | <b>119,39</b> | <b>314,78</b> | <b>6,26</b>   | <b>226,24</b> | <b>381,87</b> | <b>74,86</b> | <b>7,87</b> |
|       | <b>Выход 5-11 кл</b>  |              |       |              |              |              |                    |                |               |               |               |               |               |              |             |
| 4     | Булочка «Школьная»  | 50           | 9,60  | 4,18         | 1,60         | 22,43        | 120,83             | 0,08           | 0             | 0             | 1,10          | 11,25         | 38,42         | 16,17        | 0,73        |
|       | Компот из свежих яблок  | 200          |       | 0,16         | 0,16         | 27,88        | 114,60             | 0,01           | 0,90          | 0,00          | 0,08          | 14,18         | 4,40          | 5,14         | 0,95        |
|       | <b>Итого:</b>   | <b>250</b>   |       | <b>4,3</b>   | <b>1,8</b>   | <b>50,3</b>  | <b>235,4</b>       | <b>0,1</b>     | <b>0,9</b>    | <b>0,0</b>    | <b>1,2</b>    | <b>25,4</b>   | <b>42,8</b>   | <b>21,3</b>  | <b>1,7</b>  |