



Утверждаю:

Директор МБОУ "СОШ №77"
Митрошина Галина Леонидовна

МЕНЮ

на 30 января 2025 г.

День: четвёртый Неделя: первая

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
ЗАВТРАК для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)							
164/1В	Котлета "Московская" (гов,свин)	70	7,71	9,03	12,26	126,26	50,87
106	Каша гречневая вязкая	180	6,01	6,09	21,24	164,71	9,96
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	6,11
тгк	Кекс для детского питания (хл/зав)	28	1,70	4,16	10,68	124,04	10,00
тгк	Хлеб пшеничный	50	3,57	0,36	23,57	111,96	4,06
Итого за 'Завтрак '		528	19,23	19,69	81,82	582,57	81,00

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

576 Т	Огурец соленый (нарезка)	60	0,45	0,05	1,37	7,96	14,84
39	Борщ с капустой, картофелем, сметаной и отварным мясом кур	200/15	3,23	7,00	17,98	138,82	29,41
81	Фрикадельки "Петушок" (кур)	90	13,05	13,29	15,47	233,52	58,87
106-13	Каша пшеничная вязкая	150	4,88	3,23	34,52	169,50	7,92
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	5,75
тгк	Хлеб пшеничный	31	2,21	0,21	14,61	69,41	2,51
тгк	Хлеб ржаной	30	1,86	0,32	11,39	53,01	2,20
Итого за 'Обед '		776	25,89	24,11	108,76	723,48	121,50

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

39	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	2,57	5,87	13,95	115,94	14,38
81	Фрикадельки "Петушок" (кур)	70	10,15	10,34	12,03	181,63	45,79
106-13	Каша пшеничная вязкая	200	6,51	4,31	46,03	226,00	10,56
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	5,75
тгк	Хлеб пшеничный	35	2,50	0,25	16,50	78,37	2,83
тгк	Хлеб ржаной	23	1,43	0,24	8,73	40,64	1,69
Итого за 'Комплекс '		728	23,37	21,01	110,66	693,83	81,00

КОМПЛЕКС стоимостью 115руб. 00 коп. для 5-11 классов

576Т	Огурец соленый	20	0,15	0,02	0,64	2,92	4,95
тгк	Колбаска "Русская"	50	5,17	10,52	0,18	116,02	30,82
98	Макароны с сыром	180	10,27	13,91	34,97	306,81	45,74
тгк	Сок 0,200	200	0,00	0,04	25,00	104,00	26,00
тгк	Хлеб пшеничный	50	3,58	0,35	23,57	111,90	4,04
тгк	Хлеб ржаной	47	2,91	0,49	17,83	83,05	3,45
Итого за 'Комплекс '		547	22,08	25,33	102,19	724,70	115,00

Зав. производством:

Ответственный по питанию:

Чернышова А.Г.
Шадрина С.Н.