



**Меню горячего питания
5-11 классов**

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 11
Г.С. Шевченко
"14" января 2025 г.



№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества															Стоимость руб.		
			Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мг	Fe	№ 1к	Св	F		C	
Неделя 2 День 7																				
Завтрак																				
32	Салат из белокачанной капусты	100	1,4	5,1	8,9	88,0	0,0	0,0	309,3	2,5	43,5	28,2	13,3	0,6	58,3	0,0	0,0	0,0	35,0	7,87
51	Печень по-строгановски	100/50	20,4	20,4	5,9	295,5	0,1	0,0	579,2	0,8	49,2	100,0	13,6	0,4	20,0	0,0	0,0	0,0	13,9	64,35
26	Картофель отварной	180	3,6	7,7	23,9	181,5	0,0	0,0	2,4	1,2	16,4	66,9	12,4	1,0	19,2	0,0	0,0	0,0	18,4	23,07
	Напиток фруктово-ягодный пром.производства	200	2,0	0,2	3,8	24,9	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0	13,00
4	Хлеб пшеничный	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,30
3	Хлеб ржаной	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0	2,66
	ИТОГО	715	29,6	34,7	78,5	755,5	0,3	0,4	890,9	4,5	139,8	280,4	67,6	3,9	144,5	0,0	0,0	0,0	75,3	114,25
Обед																				
43	Кукуруза консервированная (пром. произ-ва)	100	0,9	1,8	4,7	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	11,2	3,5	11,7	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6	34,93
14	Борщ с капустой и картофелем	250	2,0	5,2	13,1	106,0	0,0	0,0	41,6	0,0	3,4	5,6	3,9	0,6	4,0	0,0	0,0	0,0	5,5	9,34
46	Рагу из птицы	280	16,8	15,7	27,2	324,8	0,1	0,0	32,9	0,0	42,9	126,2	21,8	0,4	44,5	0,0	0,0	0,0	10,2	36,53
13	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	42,2	162,0	0,0	0,0	0,0	0,0	36,5	22,5	7,3	0,2	36,0	0,0	0,0	0,0	2,4	2,05
4	Хлеб пшеничный	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,63
3	Хлеб ржаной	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0	3,04
	ИТОГО	925,0	22,2	24,2	127,3	822,6	0,4	0,0	74,5	0,0	107,4	214,4	61,0	2,8	104,8	0,0	0,0	0,0	23,6	89,52
	ВСЕГО 7 день	1640,0	51,8	58,9	205,8	1578,1	0,8	0,4	965,5	4,5	247,1	494,8	128,7	6,7	249,2	0,0	0,0	0,0	98,9	203,77