

День 4



Согласовано  
Директор МКОУ «Приморская СШ»  
Л.И.Чижова

**МЕНЮ 15.05.2025 г.**

**Первый прием пищи**

**Завтрак (возрастная группа 7 – 11 лет)**

| № рец. по сборнику | Прием пищи, наименование блюд                  | масса порции с 7 до 11 лет | Пищевые вещества |      |       | Энергетическая ценность |
|--------------------|------------------------------------------------|----------------------------|------------------|------|-------|-------------------------|
|                    |                                                |                            | Б                | Ж    | У     |                         |
| 52/2017м           | Свекла отварная с маслом растительным          | 60                         | 0,88             | 3,6  | 4,96  | 55,7                    |
| 77-1/54-3сс/2022н  | Котлеты рыбные из п/ф с соусом томатным 100/20 | 120                        | 10,96            | 8,18 | 9,17  | 154,1                   |
| 54-28к/2022н       | Каша ячневая с овощами                         | 150                        | 4,38             | 6,58 | 23,93 | 171,6                   |
| 382/2017м          | Какао с молоком                                | 200                        | 4,08             | 3,54 | 17,58 | 118,6                   |
| 701/2010м          | Хлеб пшеничный йодированный                    | 30                         | 2,1              | 0,3  | 14,49 | 70,1                    |

**Первый прием пищи**

**Завтрак (возрастная группа 12 – 18 лет)**

| № рец. по сборнику | Прием пищи, наименование блюд                  | масса порции с 12 до 18 лет | Пищевые вещества |      |       | Энергетическая ценность |
|--------------------|------------------------------------------------|-----------------------------|------------------|------|-------|-------------------------|
|                    |                                                |                             | Б                | Ж    | У     |                         |
| 52/2017м           | Свекла отварная с маслом растительным          | 100                         | 1,47             | 6,00 | 8,3   | 92,8                    |
| 77-1/54-3сс/2022н  | Котлеты рыбные из п/ф с соусом томатным 100/20 | 120                         | 10,96            | 8,18 | 9,17  | 154,1                   |
| 54-28к/2022н       | Каша ячневая с овощами                         | 180                         | 5,26             | 7,9  | 28,72 | 205,9                   |
| 382/2017м          | Какао с молоком                                | 200                         | 4,08             | 3,54 | 17,58 | 118,6                   |
| 701/2010м          | Хлеб пшеничный йодированный                    | 40                          | 3,16             | 0,4  | 19,32 | 93,52                   |

**Второй прием пищи**

**Обед (возрастная группа 7 – 11 лет)**

| № рец. по сборнику | Прием пищи, наименование блюд | масса порции с 7 до 11 лет | Пищевые вещества |      |       | Энергетическая ценность |
|--------------------|-------------------------------|----------------------------|------------------|------|-------|-------------------------|
|                    |                               |                            | Б                | Ж    | У     |                         |
| 75/2017м           | Икра морковная                | 60                         | 1,2              | 4,2  | 6     | 68,0                    |
| 54-17с/2022н       | Суп овощной со сметаной       | 200                        | 1,66             | 5,31 | 8,42  | 88,2                    |
| 291/2017м          | Плов с мясом кур              | 200                        | 15,2             | 15,8 | 36,2  | 348,0                   |
| 54-2гн/2022н       | Чай с лимоном                 | 200                        | 0,3              | 0    | 10,58 | 43,5                    |
| 701/2010м          | Хлеб пшеничный                | 40                         | 3,16             | 0,4  | 19,28 | 93,5                    |
| 702/2010м          | Хлеб ржано-пшеничный          | 40                         | 2,24             | 0,44 | 19,76 | 92,0                    |

**Полдник (возрастная группа 7 – 11 лет)**

| № рец. по сборнику | Прием пищи, наименование блюд | масса порции с 7 до 11 лет | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая ценность |
|--------------------|-------------------------------|----------------------------|------------------|------|------|-------------------------|
|                    |                               |                            | Б                | Ж    | У    |                         |
| ТТК77-13/2022      | Макароны отварные с сахаром   | 150                        | 5,00             | 3,8  | 49,1 | 250,1                   |
| 54-45гн/2022н      | Чай каркаде                   | 180                        | 0,14             | 0,07 | 6,5  | 27,2                    |

**Полдник (возрастная группа 12 – 18 лет)**

| № рец. по сборнику | Прием пищи, наименование блюд | масса порции с 7 до 11 лет | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая ценность |
|--------------------|-------------------------------|----------------------------|------------------|------|------|-------------------------|
|                    |                               |                            | Б                | Ж    | У    |                         |
| ТТК77-13/2022      | Макароны отварные с сахаром   | 150                        | 5,00             | 3,8  | 49,1 | 250,1                   |
| 54-45гн/2022н      | Чай каркаде                   | 180                        | 0,14             | 0,07 | 6,5  | 27,2                    |