

Утверждаю

Директор школы

Воронина О.А.

**МЕНЮ**  
по МБОУ "Тинская Сш №2"  
на "14" мая 2025г.



| № рец   | прием пищи, наименование блюда   | масса порции | Пищевые в-ва(г) |              |               | Эн. ценность (ккал) | Сумма         |
|---------|----------------------------------|--------------|-----------------|--------------|---------------|---------------------|---------------|
|         |                                  |              | Б               | Ж            | У             |                     |               |
|         | <b>ЗАВТРАК 6-10 лет</b>          |              |                 |              |               |                     |               |
| 311,319 | огурец свежий                    | 60           | 0,42            | 0,06         | 1,14          | 9,60                | 15,00         |
| 171     | рыба тушеная в сметанном соусе   | 120          | 13,19           | 11,53        | 4,80          | 176,00              | 33,98         |
| 309     | картофельное пюре                | 150          | 3,19            | 6,06         | 23,29         | 160,45              | 17,06         |
| ГП      | соковая продукция                | 200          | 1,00            | 0,20         | 20,20         | 86,60               | 16,00         |
| ГП      | хлеб ржано-пшеничный             | 20           | 1,12            | 0,24         | 9,88          | 38,00               | 1,50          |
| ГП      | хлеб пшеничный                   | 30           | 2,28            | 0,24         | 14,46         | 69,89               | 2,25          |
|         | <b>итого за завтрак</b>          | <b>580</b>   | <b>21,20</b>    | <b>18,33</b> | <b>73,77</b>  | <b>540,54</b>       | <b>85,79</b>  |
|         | <b>ЗАВТРАК 11-18 лет</b>         |              |                 |              |               |                     |               |
| 311,319 | огурец свежий                    | 60           | 0,42            | 0,06         | 1,14          | 9,60                | 15,00         |
| 184     | рыба тушеная в сметанном соусе   | 140          | 15,42           | 13,47        | 5,61          | 205,32              | 40,64         |
| 309     | картофельное пюре                | 180          | 3,83            | 7,27         | 27,95         | 192,54              | 20,65         |
| ГП      | соковая продукция                | 200          | 1,00            | 0,20         | 20,20         | 86,60               | 16,00         |
| ГП      | хлеб ржано-пшеничный             | 25           | 1,40            | 0,30         | 12,35         | 47,50               | 1,88          |
| ГП      | хлеб пшеничный                   | 40           | 3,04            | 0,32         | 19,28         | 93,18               | 3,00          |
|         | <b>итого за завтрак</b>          | <b>645</b>   | <b>25,11</b>    | <b>21,62</b> | <b>86,53</b>  | <b>634,74</b>       | <b>97,17</b>  |
|         | <b>ОБЕД 6-10 лет</b>             |              |                 |              |               |                     |               |
| 43      | суп из овощей                    | 250          | 1,93            | 5,86         | 12,59         | 115,24              | 15,56         |
| 263     | птица отварная                   | 100          | 26,03           | 26,03        | 1,38          | 346,68              | 55,80         |
| 304     | капуста тушеная                  | 150          | 4,72            | 5,81         | 24,20         | 156,89              | 21,73         |
| 382-386 | яблоко                           | 150          | 0,60            | 0,60         | 14,70         | 66,60               | 30,00         |
| 358     | компот из свежих яблок с лимоном | 200          | 0,25            | 0,25         | 25,35         | 104,07              | 17,04         |
| ГП      | хлеб пшеничный                   | 45           | 3,42            | 0,36         | 21,69         | 104,84              | 3,38          |
| ГП      | хлеб ржано-пшеничный             | 25           | 1,40            | 0,30         | 12,35         | 47,50               | 1,88          |
|         | <b>итого за обед</b>             | <b>920</b>   | <b>38,35</b>    | <b>39,21</b> | <b>112,26</b> | <b>941,82</b>       | <b>145,39</b> |
|         | <b>ОБЕД 11-18 лет</b>            |              |                 |              |               |                     |               |
| 43      | суп из овощей                    | 300          | 2,32            | 7,03         | 15,11         | 138,29              | 20,14         |
| 263     | птица отварная                   | 100          | 26,02           | 26,02        | 1,38          | 346,68              | 55,80         |
| 303     | капуста тушеная                  | 180          | 5,23            | 6,44         | 26,83         | 173,88              | 26,50         |
| 382-386 | яблоко                           | 150          | 0,60            | 0,60         | 14,70         | 66,60               | 30,00         |
| 358     | компот из свежих яблок с лимоном | 200          | 0,25            | 0,25         | 25,35         | 104,07              | 17,04         |
| ГП      | хлеб пшеничный                   | 60           | 4,56            | 0,48         | 28,92         | 139,79              | 4,50          |
| ГП      | хлеб ржано-пшеничный             | 35           | 1,96            | 0,42         | 17,29         | 66,50               | 2,63          |
|         | <b>итого за обед</b>             | <b>1025</b>  | <b>40,94</b>    | <b>41,24</b> | <b>129,58</b> | <b>1035,81</b>      | <b>156,61</b> |

Повар

*[Signature]*