**Утверждено:**

**И.О. директора школы: /Коршунова Е.П./**

**Меню учащихся 1-4 классов**

**МКОУ «Баскаковская СОШ» на 26. 09.2023 г**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес блюда**  **(г)** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, ккал** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| **Завтрак** | | | | | | |
| **Лапшевник с творогом** | **200** | **16,9** | **9,9** | **43,2** | **329,4** | **222** |
| **Соус сметанный натуральный** | **50** | **1,5** | **8,2** | **3,3** | **93** | **54-4соус--2020** |
| **Чай с лимоном и сахаром** | **220** | **0,3** | **0,1** | **7,3** | **30,7** | **54-3гн-2020** |
| **Батон нарезной** | **30** | **2,3** | **0,9** | **15,4** | **78,5** | **Пром.** |
| **Итого завтрак:** | **500** | **21** | **19,1** | **69,2** | **531,6** |  |
| **Обед** | | | | | | |
| **Салат из свёклы с черносливом** | **60** | **0.9** | **3,3** | **7,8** | **63,7** | **54-18э-2020** |
| **Щи из свежей капусты со сметаной** | **200** | **4,7** | **5,6** | **5,7** | **92,2** | **54-1с-2020** |
| **Картофельное пюре** | **150** | **3,1** | **5,3** | **19,8** | **139,4** | **54-11г-2020** |
| **Рыба тушёная в томате с овощами (минтай)** | **100** | **13,9** | **7,4** | **6,3** | **147,3** | **54-11р-2020** |
| **Компот из смеси сухофруктов** | **200** | **0,5** | **0** | **19,8** | **81** | **54-1хн-2020** |
| **Хлеб ржано-пшеничный** | **30** | **2** | **0,4** | **11,9** | **58,7** | **Пром.** |
| **Батон нарезной** | **30** | **2,3** | **0,9** | **15,4** | **78,5** | **Пром.** |
| **Пастила** | **30** | **0,2** | **0** | **24** | **96,6** | **Пром.** |
| **Итого обед:** | **800** | **27,6** | **22,9** | **110,7** | **757,4** |  |