**Утверждено:**

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

**Меню учащихся 1-4 классов**

**МКОУ «Баскаковская СОШ» на 29 . 09. 2023 г**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес блюда**  **(г)** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, ккал** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| **Завтрак** | | | | | | |
| **Сыр твердых сортов в нарезке** | **30** | **7** | **0,1** | **2,3** | **107,5** | **54-1з-2020** |
| **Каша вязкая молочная овсяная с курагой** | **220** | **9,5** | **18** | **3,2** | **307,6** | **54-11к-2020** |
| **Напиток из шиповника** | **200** | **0,6** | **3,5** | **12,5** | **65,4** | **54-13хн-2020** |
| **Батон нарезной** | **30** | **2,3** | **0,9** | **15,4** | **78,5** | **Пром.** |
| **Итого завтрак:** | **480** | **19,4** | **28,1** | **71,3** | **559** |  |
| **Обед** | | | | | | |
| **Винегрет с растительным маслом** | **80** | **0,9** | **7,2** | **5,3** | **89,5** | **54-16з-2020** |
| **Суп гороховый** | **200** | **6,5** | **2,8** | **14,9** | **110,9** | **54-25с-2020** |
| **Картофель отварной в молоке** | **150** | **4,5** | **5,5** | **26,5** | **173,7** | **54-10г-2020** |
| **Котлета рыбная (минтай)** | **100** | **14** | **2,7** | **8,6** | **114,3** | **54-3р-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.** |
| **Итого обед:** | **790** | **30,7** | **19,5** | **102,4** | **706,6** |  |