



Прудников А.А.  
 Директор МАОУ «Володарская СОШ»

Фактическое меню на « 4 » \_\_\_\_\_ 2025 г.  
 ПО «Первомайское»

| № рецептуры              | Название блюда                 | Возраст 1-4 класс | Белки       | Жиры        | Углеводы    | Энергетическая ценность<br>ккал |
|--------------------------|--------------------------------|-------------------|-------------|-------------|-------------|---------------------------------|
|                          |                                | Масса             | г           | г           | г           |                                 |
| <b>Пятница, 1 неделя</b> |                                |                   |             |             |             |                                 |
| <b>Завтрак</b>           |                                |                   |             |             |             |                                 |
| Пром.                    | Кондитерское изделие (печенье) | 60                | 4,5         | 5,9         | 44,6        | 146,1                           |
| 54-26к                   | Каша жидкая молочная рисовая   | 220               | 5           | 6,3         | 26,7        | 218                             |
| 376                      | Чай с сахаром                  | 200               | 0,7         | 0,02        | 15          | 60                              |
| Пром.                    | хлеб пшеничный йодированный    | 20                | 1,5         | 0,2         | 9,8         | 46,9                            |
| <b>Итого за Завтрак</b>  |                                | <b>500</b>        | <b>11,7</b> | <b>12,4</b> | <b>96,1</b> | <b>471</b>                      |

| № рецептуры              | Название блюда              | Возраст 5-11 класс | Белки     | Жиры        | Углеводы     | Энергетическая ценность<br>ккал |
|--------------------------|-----------------------------|--------------------|-----------|-------------|--------------|---------------------------------|
|                          |                             | Масса              | г         | г           | г            |                                 |
| <b>Пятница, 1 неделя</b> |                             |                    |           |             |              |                                 |
| <b>Завтрак</b>           |                             |                    |           |             |              |                                 |
| Пром.                    | Роглик                      | 100                | 8,4       | 3,2         | 44,85        | 241,7                           |
| 54-6г                    | Рис отварной                | 180                | 4,3       | 5,8         | 43,7         | 244,2                           |
| 290                      | Птица, тушенная в соусе     | 100                | 14        | 15,6        | 2,8          | 205,6                           |
| 54-2гн                   | Чай с сахаром               | 200                | 0,7       | 0,02        | 15           | 60                              |
| Пром.                    | хлеб пшеничный йодированный | 40                 | 3         | 0,3         | 19,7         | 93,8                            |
| Пром.                    | Хлеб ржано-пшеничный        | 40                 | 2,6       | 0,5         | 15,8         | 78,2                            |
| <b>Итого за Завтрак</b>  |                             | <b>660</b>         | <b>32</b> | <b>25,4</b> | <b>141,9</b> | <b>923,5</b>                    |

| № рецептуры              | Название блюда | Возраст 1-4 класс | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность<br>ккал | Возраст 5-11 класс | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность<br>ккал |
|--------------------------|----------------|-------------------|-------|------|----------|---------------------------------|--------------------|-------|------|----------|---------------------------------|
|                          |                | Масса             |       |      |          |                                 | Масса              |       |      |          |                                 |
| <b>Пятница, 1 неделя</b> |                |                   |       |      |          |                                 |                    |       |      |          |                                 |

|        |                                |            |             |             |             |               |            |           |             |              |              |
|--------|--------------------------------|------------|-------------|-------------|-------------|---------------|------------|-----------|-------------|--------------|--------------|
|        | <b>Завтрак</b>                 |            |             |             |             |               |            |           |             |              |              |
| Пром.  | Кондитерское изделие (печенье) | 60         | 4,5         | 5,9         | 44,6        | 146,1         | 60         | 4,5       | 5,9         | 44,6         | 146,1        |
| 54-26к | Каша жидкая молочная рисовая   | 220        | 5           | 6,3         | 26,7        | 218           | 250        | 5,7       | 7,2         | 30,3         | 209,7        |
| 376    | Чай с сахаром                  | 200        | 0,7         | 0,02        | 15          | 60            | 200        | 0,7       | 0,02        | 15           | 60           |
| Пром.  | хлеб пшеничный йодированный    | 20         | 1,5         | 0,2         | 9,8         | 46,9          | 40         | 3         | 0,3         | 19,7         | 93,6         |
|        | <b>Итого за Завтрак</b>        | <b>500</b> | <b>11,7</b> | <b>12,4</b> | <b>96,1</b> | <b>471</b>    | <b>550</b> | <b>14</b> | <b>13,4</b> | <b>109,6</b> | <b>508,6</b> |
|        | <b>Завтрак2</b>                |            |             |             |             |               |            |           |             |              |              |
| Пром.  | Кондитерское изделие           | 70         | 5,25        | 6,9         | 52          | 170,45        |            |           |             |              |              |
|        | <b>Итого за Завтрак 2</b>      | <b>70</b>  | <b>5,25</b> | <b>6,9</b>  | <b>52</b>   | <b>170,45</b> |            |           |             |              |              |

Повар \_\_\_\_\_

Шувалиева Г.К.