

МЕНЮ

Номер рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		г.	г.	Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК 1-4 классы							
259	Макароны отварные с сыром	180	10,80	9,00	31,77	252,00	
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00	
457	Батон	30	2,25	0,89	15,42	78,30	
	Итого :	410,00	13,25	9,99	56,49	368,30	
ОБЕД 1-4 классы							
5	Салат из капусты белокачанной и огурцов	100	1,00	6,00	3,10	70,00	
102	Суп картофельный с бобовыми	250	5,50	5,27	16,53	148,25	
304	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,03	251,64	
207	Котлеты или биточки рыбные	100	12,86	1,57	10,00	105,71	
410	Соус сметанный с томатом	30	0,99	5,60	1,60	60,81	
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	
573	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	
575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40	
	Итого :	960,00	32,08	26,09	147,64	966,57	
	Итого : за день	1370,00	45,33	36,08	204,13	1334,87	
ЗАВТРАК 5-11 классы							
259	Макароны отварные с сыром	200	12,00	10,00	35,30	280,00	
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00	
573	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	
	Итого :	430,00	14,48	10,34	59,36	388,20	
ОБЕД 5-11 классы							
5	Салат из капусты белокачанной и огурцов	100	1,00	6,00	3,10	70,00	
102	Суп картофельный с бобовыми	250	5,50	5,27	16,53	148,25	
304	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,03	251,64	
207	Котлеты или биточки рыбные	100	12,86	1,57	10,00	105,71	
410	Соус сметанный с томатом	30	0,99	5,60	1,60	60,81	
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	
573	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	
575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40	
	Итого :	920,00	29,20	25,67	129,84	1009,77	
	Итого : за день	1350,00	43,68	36,01	189,20	1397,97	

Шеф-повар: *Т.С. Пташиц*



Утверждаю
 Директор МКОУ СОШ №4
 М.В.Иванова
 06 февраля 2025г.