

МЕНЮ

Наименование блюда

М.В.Иванова
2025г.

Директор МКОУ СОШ №4

"17" февраля

Номер рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки Г.	Жиры Г.	Углеводы Г.	
ЗАВТРАК 1-4 классы						
213	Каша гречневая вязкая	200	8,70	7,49	31,41	227,70
457	Батон	30	2,25	0,89	15,42	78,30
75	Сыр полутвердый (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	71,60
377	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
	Итого :	450,00	15,71	14,30	60,53	433,46
ОБЕД 1-4 классы						
53	Икра свекольная	100	1,50	3,60	8,50	72,00
114	Суп картофельный с крупой	250	2,77	3,52	9,80	82,00
330	Плов из отварной говядины	180	14,69	16,42	31,18	331,20
346	Компот из апельсина и мандаринов	200	0,44	0,10	34,00	141,20
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 :	790,00	23,72	24,27	110,18	756,00
	Итого : за день	1240,00	39,43	38,57	170,71	1189,46
ЗАВТРАК 5-11 классы						
213	Каша гречневая вязкая	200	8,70	7,49	31,41	227,70
377	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
15	Сыр полутвердый (порциями)	30	6,96	8,85	0,00	108,00
573	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
	Итого :	480,00	19,58	16,76	69,71	508,56
ОБЕД 5-11 классы						
53	Икра свекольная	100	1,50	3,60	8,50	72,00
114	Суп картофельный с крупой	250	2,77	3,52	9,80	82,00
330	Плов из отварной говядины	180	14,69	16,42	31,18	331,20
346	Компот из апельсина и мандаринов	200	0,44	0,10	34,00	141,20
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 :	790,00	23,72	24,27	110,18	756,00
	Итого : за день	1270,00	48,02	47,06	216,39	1438,16

Шеф-повар:  Т.С.Пташиц