



Утверждено
Директор МКОУ СОШ №4

М.В.Иванова
2025г.

МЕНЮ

Номер рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
		г.	г.	г.		
ЗАВТРАК 1-4 классы						
279	Запеканка из творога	150	17,50	11,55	22,50	291,00
471	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	65,40
457	Батон	30	2,25	0,89	15,42	78,30
465	кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88,00
	Итого :	400	23,99	16,64	62,62	522,70
ОБЕД 1-4 классы						
18	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,00	6,10	3,50	73,00
95	Борщ с капустой и картофелем	250	1,85	4,42	6,95	75,00
433	Сметана	10	0,23	1,50	0,32	15,75
328	Жаркое по-домашнему	180	16,92	12,87	23,22	276,30
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	14,60
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 :	800	24,48	25,68	88,57	584,25
	Итого : за день	1200,00	48,47	42,32	151,19	1106,95
ЗАВТРАК 5-11 классы						
279	Запеканка из творога	150	17,50	11,55	22,50	291,00
471	Молоко сгущенное	50	3,60	4,25	27,75	163,50
573	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
465	кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88,00
	Итого :	550,00	28,10	19,10	98,25	703,50
ОБЕД 5-11 классы						
18	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,00	6,10	3,50	73,00
95	Борщ с капустой и картофелем	250	1,85	4,42	6,95	75,00
433	Сметана	10	0,23	1,50	0,32	15,75
328	Жаркое по-домашнему	180	16,92	12,87	23,22	276,30
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 :	800,00	24,48	25,68	88,57	813,85
	Итого : за день *	1350,00	52,58	44,78	186,82	1517,35

Шеф-повар: Т.С.Пташиц