



Утверждаю  
 Директор МКОУ СОШ №4  
 М.В.Иванова  
 "04" декабря 2024г.

**МЕНЮ**

Номер рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
			Белки Г.	Жиры Г.	Углеводы Г.	
<b>ЗАВТРАК 1-4 классы</b>						
11	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,50	6,00	31,20	206,00
209	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00
376	Чай с сахаром	215	0,06	0,02	15,01	60,01
	Хлеб пшеничный	30	3,12	1,35	13,05	82,20
338	Плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого :</b>	<b>585,00</b>	<b>15,16</b>	<b>12,37</b>	<b>69,34</b>	<b>458,21</b>
<b>ОБЕД 1-4 классы</b>						
150	Икра кабачковая	100	1,90	8,90	7,70	118,00
302	Каша рассыпчатая	150	7,10	6,09	38,64	243,75
290	Птица или кролик тушеные в соусе	100	9,78	10,12	2,93	150,00
280	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	18,90	73,00
575	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
573	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
	<b>Итого :</b>	<b>920,00</b>	<b>23,24</b>	<b>33,78</b>	<b>105,23</b>	<b>815,58</b>
	<b>Итого : за день</b>	<b>1505,00</b>	<b>38,40</b>	<b>46,15</b>	<b>174,57</b>	<b>1273,79</b>
<b>ЗАВТРАК 5-11 классы</b>						
11	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,50	6,00	31,20	206,00
209	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00
376	Чай с сахаром	215	0,06	0,02	15,01	60,01
	Хлеб пшеничный	40	4,16	1,80	17,40	109,60
	<b>Итого :</b>	<b>495,00</b>	<b>15,80</b>	<b>12,42</b>	<b>63,89</b>	<b>438,61</b>
<b>ОБЕД 5-11 классы</b>						
150	Икра кабачковая	100	1,90	8,90	7,70	118,00
302	Каша рассыпчатая	150	7,10	6,09	38,64	243,75
290	Птица или кролик тушеные в соусе	100	9,78	10,12	2,93	150,00
280	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	18,90	73,00
575	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
573	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
	<b>Итого :</b>	<b>650,00</b>	<b>26,08</b>	<b>26,16</b>	<b>105,13</b>	<b>800,75</b>
	<b>Итого : за день</b>	<b>1145,00</b>	<b>41,88</b>	<b>38,58</b>	<b>169,02</b>	<b>1239,36</b>

Шеф-повар: Т.С.Пташиц