



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

МЕНЮ

Номер рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
			Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	
ЗАВТРАК 1-4 классы						
204	Макароны отварные с сыром	150	10,15	11,94	25,59	250,80
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60
	Хлеб пшеничный	30	3,12	1,35	13,05	82,20
338	Флоды или ягоды свежие	120	0,48	0,48	11,76	56,40
	Итого:	500,00	17,83	17,31	67,98	508,00
ОБЕД 1-4 классы						
21	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,50	3,02	1,10	33,60
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,69	209,70
330	Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	132,80
573	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
	Итого:	880,00	30,56	18,65	128,42	816,65
	Итого: за день	1380,00	48,39	35,96	196,40	1324,65
ЗАВТРАК 5-11 классы						
204	Макароны отварные с сыром	200	13,54	15,92	34,12	334,40
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60
	Хлеб пшеничный	40	4,16	1,80	17,40	109,60
	Итого:	440,00	21,78	21,26	69,10	562,60
ОБЕД 5-11 классы						
21	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,50	3,02	1,10	33,60
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,69	209,70
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	132,80
330	Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23
573	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
	Итого:	540,00	17,43	11,02	116,07	614,33
	Итого: за день	980,00	34,21	32,28	185,17	1176,93

Шеф-повар: *Т.С.Пташиц*