



Утверждаю  
 Директор МКОУ СОШ №4  
 М.В.Иванова  
 09 января 2025г.

**МЕНЮ**

Номер рецептур	Наименование блюда	Вес блюда			Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		г.	Жиры	Углеводы	Белки	г.	г.	
<b>ЗАВТРАК 1-4 классы</b>								
259	Макароны отварные с сыром	180	10,80	9,00	31,77	252,00		
463	Какао с молоком стученным	200	3,20	3,60	19,20	122,00		
457	Батон	30	2,25	0,89	15,42	78,30		
338	Плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00		
	<b>Итого :</b>	<b>510,00</b>	<b>16,65</b>	<b>13,89</b>	<b>76,19</b>	<b>499,30</b>		
<b>ОБЕД 1-4 классы</b>								
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		
420	Соус томатный с овощами	30	0,36	12,90	1,41	26,91		
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60		
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		
	<b>Итого :</b>	<b>960,00</b>	<b>32,08</b>	<b>26,09</b>	<b>147,64</b>	<b>966,57</b>		
	<b>Итого : за день</b>	<b>1470,00</b>	<b>48,73</b>	<b>39,98</b>	<b>223,83</b>	<b>1465,87</b>		
<b>ЗАВТРАК 5-11 классы</b>								
259	Макароны отварные с сыром	200	12,00	10,00	35,30	280,00		
463	Какао с молоком стученным	200	3,20	3,60	19,20	122,00		
573	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00		
338	Плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00		
	<b>Итого :</b>	<b>550,00</b>	<b>19,40</b>	<b>14,40</b>	<b>88,90</b>	<b>566,00</b>		
<b>ОБЕД 5-11 классы</b>								
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		
420	Соус томатный с овощами	30	0,36	12,90	1,41	26,91		
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60		
573	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40		
575	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,78	23,88	118,80		
	<b>Итого :</b>	<b>980,00</b>	<b>32,89</b>	<b>33,60</b>	<b>156,35</b>	<b>1009,77</b>		
	<b>Итого : за день</b>	<b>1530,00</b>	<b>52,29</b>	<b>48,00</b>	<b>245,25</b>	<b>1575,77</b>		

Шеф-повар: *[Подпись]* Т.С.Пташиц