



Утверждаю
 Директор МКОУ СОШ №4
 М.В.Иванова
 10 марта 2025г.

Номер рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки Г.	Жиры Г.	Углеводы Г.	
МЕНЮ						
ЗАВТРАК 1-4 классы						
217	Каша рисовая вязкая	200	5,77	6,36	35,96	224,19
457	Батон	30	2,25	0,89	15,42	78,30
75	Сыр полутвердый (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	71,60
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60
267	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00
338	Плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого :	590,00	22,24	21,69	79,06	602,69
ОБЕД 1-4 классы						
52	Салат из свеклы отварной	100	0,85	3,61	4,96	55,68
106	Щи из квашеной капусты с картофелем	250	1,97	6,72	4,33	85,88
433	Сметана	10	0,23	1,50	0,32	15,75
211	Каша рассыпчатая с овощами	180	4,11	3,68	40,28	212,57
341	Котлеты "Пермские"	100	16,00	15,50	12,00	253,00
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 :	900,00	27,64	31,80	116,47	867,08
	Итого : за день	1490,00	49,88	53,49	195,53	1469,77
ЗАВТРАК 5-11 классы						
217	Каша рисовая вязкая	200	5,77	6,36	35,96	224,19
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60
15	Сыр (порциями)(Российский)	30	6,96	8,85	0,00	108,00
267	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00
573	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
	Итого :	500,00	24,19	23,59	68,60	583,99
ОБЕД 5-11 классы						
52	Салат из свеклы отварной	100	0,85	3,61	4,96	55,68
106	Щи из квашеной капусты с картофелем	250	1,97	6,72	4,33	85,88
433	Сметана	10	0,23	1,50	0,32	15,75
211	Каша рассыпчатая с овощами	180	4,11	3,68	40,28	212,57
341	Котлеты "Пермские"	100	16,00	15,50	12,00	253,00
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 :	900,00	27,64	31,80	116,47	867,08
	Итого : за день	1400,00	51,83	55,39	185,07	1451,07

Шеф-повар:  Т.С.Пташиц