



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

МЕНЮ

Номер рецептур	Наименование блюда	Вес блюда Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
			Белки Г.	Жиры Г.	Углеводы Г.	
ЗАВТРАК 1-4 классы						
302	Каша рассыпчатая	150	7,10	6,09	38,64	243,75
290	Птица или кролик тушенные в соусе	100	9,78	10,12	2,93	150,00
71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	30	0,33	0,06	1,14	6,60
376	Чай с сахаром	215	0,06	0,02	15,01	60,01
	Хлеб пшеничный	30	3,12	1,35	13,05	82,20
	Итого :	525,00	20,39	17,64	70,77	542,56
ОБЕД 1-4 классы						
42	Салат картоф. с соевыми опурц. и зеленым горошк.	100	1,75	6,18	9,24	99,50
56	Борщ с капустой и картофелем	260	1,66	4,99	11,67	97,50
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,69	209,70
372	Котлета куринная	100	20,00	18,00	10,71	185,00
280	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	18,90	73,00
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 :	910	34,36	35,59	131,71	880,70
	Итого : за день	1435,00	54,75	53,23	202,48	1423,26
ЗАВТРАК 5-11 классы						
302	Каша рассыпчатая	180	8,51	7,31	46,37	292,50
71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	50	0,55	0,10	1,90	11,00
376	Чай с сахаром	215	0,06	0,02	15,01	60,01
	Хлеб пшеничный	40	4,16	1,80	17,40	109,60
	Итого :	485,00	13,28	9,23	80,68	473,11
ОБЕД 5-11 классы						
42	Салат картоф. с соевыми опурц. и зеленым горошк.	100	1,75	6,18	9,24	99,50
56	Борщ с капустой и картофелем	260	1,66	4,99	11,67	97,50
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,69	209,70
372	Котлета куринная	100	20,00	18,00	10,71	185,00
280	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	18,90	73,00
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 :	910,00	34,36	35,59	131,71	880,70
	Итого : за день	1395,00	47,64	44,82	212,39	1353,81

Шеф-повар: *[подпись]* Т.С.Пташиц