



М.В.Иванова
2025г.

Утверждаю
Директор МКОУ СОШ №4

| Номер рецептуры | Наименование блюда | Вес блюда | | Пищевые вещества | | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------------------|-------------------------------------|-----------|-------|------------------|--------------|--------------------------------|
| | | г. | г. | Жиры, г. | Углеводы, г. | |
| МЕНЮ | | | | | | |
| Наименование блюда | | | | | | |
| ЗАВТРАК 1-4 классы | | | | | | |
| 202 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,51 | 6,36 | 37,70 | 242,17 |
| 290 | Птица или кролик тушеные 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 |
| 457 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,10 | 9,30 | 38,00 |
| 457 | Батон | 30 | 2,25 | 0,89 | 15,42 | 78,30 |
| | Итого: | 510,00 | 21,07 | 17,53 | 66,49 | 515,07 |
| ОБЕД 1-4 классы | | | | | | |
| 9 | Салат из квашеной капусты с луком | 100 | 1,60 | 6,00 | 8,20 | 94,00 |
| 95 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 1,85 | 4,42 | 6,95 | 75,00 |
| 433 | Сметана | 10 | 0,23 | 1,50 | 0,32 | 15,75 |
| 256 | Макаронные изделия отварные | 180 | 5,66 | 5,94 | 35,46 | 221,44 |
| 356 | Печень по-строгановски | 100 | 19,50 | 9,40 | 7,60 | 193,00 |
| 280 | Напиток лимонный | 200 | 0,10 | 0,00 | 18,90 | 73,00 |
| 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 | 33,26 | 27,89 | 104,13 | 801,79 |
| | Итого: за ДЕНЬ | 1410,00 | 54,33 | 45,42 | 170,62 | 1316,86 |
| ЗАВТРАК 5-11 классы | | | | | | |
| 202 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 10,21 | 7,63 | 45,24 | 290,60 |
| 290 | Птица или кролик тушеные в соусе | 100 | 9,78 | 10,12 | 2,93 | 150,00 |
| 71 | Овощи натуральные свежие (помидоры) | 50 | 0,55 | 0,10 | 1,90 | 11,00 |
| 457 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,10 | 9,30 | 38,00 |
| 573 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,20 |
| | Итого: | 560,00 | 23,02 | 18,19 | 74,13 | 559,80 |
| ОБЕД 5-11 классы | | | | | | |
| 9 | Салат из квашеной капусты с луком | 100 | 1,60 | 6,00 | 8,20 | 94,00 |
| 95 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 1,85 | 4,42 | 6,95 | 75,00 |
| 433 | Сметана | 10 | 0,23 | 1,50 | 0,32 | 15,75 |
| 256 | Макаронные изделия отварные | 180 | 5,66 | 5,94 | 35,46 | 221,44 |
| 356 | Печень по-строгановски | 100 | 19,50 | 9,40 | 7,60 | 193,00 |
| 280 | Напиток лимонный | 200 | 0,10 | 0,00 | 18,90 | 73,00 |
| 573 | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,20 |
| | Итого: | 900,00 | 33,26 | 27,89 | 104,13 | 801,79 |
| | Итого: за ДЕНЬ | 1460,00 | 56,28 | 46,08 | 178,26 | 1361,59 |

Шеф-повар: Т.С.Пташиц