



Утверждаю
 М.В.Иванова
 Директор МКОУ СОШ №4
 14 апреля 2025г.

| Номер рецептуры | Наименование блюда | Вес блюда | | Пищевые вещества | | Энергетическая ценность (Ккал) |
|----------------------------|-------------------------------------|----------------|--------------|------------------|---------------|--------------------------------|
| | | Г. | г. | Жиры | Углеводы | |
| 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 |
| 573 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,20 |
| | Итого : | 430,00 | 12,13 | 10,14 | 68,30 | 412,99 |
| 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 | 1330,00 | 39,77 | 41,94 | 184,77 | 1280,07 |

Шеф-повар: *Т.С.Пташиц*