



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

**МЕНЮ**

Номер рецептур	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества				Энергетическая ценность (Ккал)
		Г.	г.	Белки	Жиры	Углеводы	Г.	
<b>ЗАВТРАК 1-4 классы</b>								
213	Каша гречневая вязкая	200	8,70	7,49	31,41	227,70		
457	Батон	30	2,25	0,89	15,42	78,30		
75	Сыр полутвердый (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	71,60		
377	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86		
82	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00		
	Итого:	550,00	16,11	14,70	70,33	477,46		
<b>ОБЕД 1-4 классы</b>								
53	Икра свекольная	100	1,50	3,60	8,50	72,00		
114	Суп картофельный с крупой	250	2,77	3,52	9,80	82,00		
330	Плов из отварной говядины	180	14,69	16,42	31,18	331,20		
346	Компот из апельсина и мандаринов	200	0,44	0,10	34,00	141,20		
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:	830,00	26,60	24,69	127,98	842,40		
	Итого: за день	1380,00	42,71	39,39	198,31	1319,86		
<b>ЗАВТРАК 5-11 классы</b>								
213	Каша гречневая вязкая	200	8,70	7,49	31,41	227,70		
377	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86		
15	Сыр полутвердый (порциями)	30	6,96	8,85	0,00	108,00		
573	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20		
	Итого:	460,00	18,06	16,60	59,87	461,76		
<b>ОБЕД 5-11 классы</b>								
53	Икра свекольная	100	1,50	3,60	8,50	72,00		
114	Суп картофельный с крупой	250	2,77	3,52	9,80	82,00		
330	Плов из отварной говядины	180	14,69	16,42	31,18	331,20		
346	Компот из апельсина и мандаринов	200	0,44	0,10	34,00	141,20		
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:	790,00	23,72	24,27	110,18	756,00		
	Итого: за день	1250,00	48,02	42,06	216,39	1438,16		

Шеф-повар: Т.С.Пташиц