



Утверждено
 Директор МКОУ СОШ №4
 М.В.Иванова
 "17" декабря
 2024г.

Номер рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Углеводы	Энергетическая ценность (Ккал)
		Г.	г.	Белки	Жиры	Г.		
МЕНЮ								
Наименование блюда								
ЗАВТРАК 1-4 классы								
223	Запеканка из творога (с молоком стученным)	150	18,95	16,40	42,90	459,72		
	Хлеб пшеничный	30	3,12	1,35	13,05	82,20		
79	Масло сливочное (порционно)	20	0,16	14,50	0,26	132,20		
379	кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,94	100,60		
338	Флоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00		
	Итого :	500	25,79	35,33	81,95	821,72		
ОБЕД 1-4 классы								
24	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,57	3,64	1,83	42,36		
56	Борщ с капустой и картофелем	260	1,66	4,99	11,67	97,50		
375	Плов из отварной птицы	200	12,30	8,20	24,80	223,00		
376	Чай с сахаром	215	0,06	0,02	15,01	60,01		
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 :	835	21,79	17,90	97,81	638,87		
	Итого : за день	1335,00	47,58	53,23	179,76	1460,59		
5-11 классы								
ЗАВТРАК								
223	Запеканка из творога (с молоком стученным)	200	25,26	21,86	57,20	612,96		
	Хлеб пшеничный	40	4,16	1,80	17,40	109,60		
79	Масло сливочное (порционно)	20	0,16	14,50	0,26	132,20		
379	кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,94	100,60		
	Итого :	460,00	32,74	40,84	90,80	955,36		
ОБЕД 5-11 классы								
24	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,95	6,06	3,05	70,60		
56	Борщ с капустой и картофелем	260	1,66	4,99	11,67	97,50		
375	Плов из отварной птицы	200	12,30	8,20	24,80	223,00		
376	Чай с сахаром	215	0,06	0,02	15,01	60,01		
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 :	875,00	22,17	20,32	99,03	667,11		
	Итого : за день	1335,00	54,91	61,16	189,83	1622,47		

Шеф-повар: *[Подпись]* Т.С.Пташиц