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

МЕНЮ

Номер рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
			Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	
	ЗАВТРАК 1-4 классы					
11	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200	6,50	6,00	31,20	206,00
209	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00
376	Чай с сахаром	215	0,06	0,02	15,01	60,01
	Хлеб пшеничный	30	3,12	1,35	13,05	82,20
338	Плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого :	585,00	15,16	12,37	69,34	458,21
	ОБЕД 1-4 классы					
150	Икра кабачковая	100	1,90	8,90	7,70	118,00
104	Щи из свежей капусты со сметаной	250	1,50	4,50	3,80	61,75
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,45	137,25
271	Котлеты домашние (с соусом)	120	9,48	14,53	9,88	209,58
348	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,34	0,10	23,60	98,40
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 :	920,00	23,24	33,78	105,23	815,58
	Итого : за день	1505,00	38,40	46,15	174,57	1273,79
	ЗАВТРАК 5-11 классы					
11	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200	6,50	6,00	31,20	206,00
209	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00
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 :	495,00	15,80	12,42	63,89	438,61
	ОБЕД 5-11 классы					
150	Икра кабачковая	100	1,90	8,90	7,70	118,00
104	Щи из свежей капусты со сметаной	250	1,50	4,50	3,80	61,75
312	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	164,70
271	Котлеты домашние (с соусом)	130	10,27	15,74	10,70	227,04
348	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,34	0,10	23,60	98,40
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 :	960,00	24,88	36,05	105,13	885,89
	Итого : за день	1455,00	40,68	48,47	169,02	1324,50

Шеф-повар: Т.С.Пташиц