



Утверждаю
 Директор МКОУ СОШ №4
 М.В.Иванова
 2025г.
 «21» января

МЕНЮ

Номер рецептур	Наименование блюда	Вес блюда Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
			Белки Г.	Жиры Г.	Углеводы Г.	
ЗАВТРАК 1-4 классы						
279	Запеканка из творога	150	17,50	11,55	22,50	291,00
471	Молоко стуженное	20	1,44	1,70	11,10	65,40
457	Батон	30	2,25	0,89	15,42	78,30
465	кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88,00
82	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00
	Итого :	500	24,39	17,04	72,42	566,70
ОБЕД 1-4 классы						
18	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,00	6,10	3,50	73,00
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
328	Жаркое по- домашнему	180	16,92	12,87	23,22	276,30
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	14,60
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 :	840	27,36	26,10	106,37	670,65
	Итого : за день	1340,00	51,75	43,14	178,79	1237,35
ЗАВТРАК 5-11 классы						
279	Запеканка из творога	150	17,50	11,55	22,50	291,00
471	Молоко стуженное	50	3,60	4,25	27,75	163,50
573	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
465	кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88,00
82	фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00
	Итого :	550,00	28,10	19,10	98,25	703,50
ОБЕД 5-11 классы						
18	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,00	6,10	3,50	73,00
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
328	Жаркое по- домашнему	180	16,92	12,87	23,22	276,30
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60
573	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,78	23,88	118,80
	Итого :	860,00	28,80	26,31	115,27	813,85
	Итого : за день	1410,00	56,90	45,41	213,52	1517,35

Шеф-повар: *Т.С. Пташиц* Т.С. Пташиц