



Утверждено
 Директор МКОУ СОШ №4
 М.В.Иванова
 "21" апреля 2025г.

МЕНЮ

Номер рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
			Белки Г.	Жиры Г.	Углеводы Г.	
ЗАВТРАК 1-4 классы						
259	Макаронны отварные с сыром	180	10,80	9,00	31,77	252,00
457	Батон	30	2,25	0,89	15,42	78,30
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:	510,00	13,57	10,31	70,69	430,16
ОБЕД 1-4 классы						
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	1300,00	37,29	34,58	180,87	1186,16
ЗАВТРАК 5-11 классы						
259	Макаронны отварные с сыром	200	12,00	10,00	35,30	280,00
377	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86
573	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
	Итого:	430,00	14,40	10,26	63,76	406,06
ОБЕД 5-11 классы						
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	1220,00	48,02	42,06	216,39	1438,16

Шеф-повар: Т.С.Пташиц