



Утверждаю
 Директор МКОУ СОШ №94
 М.В.Иванова
 "22" апреля 2025г.

МЕНЮ

Номер рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
		г.	г.	Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК 1-4 классы							
322	Рагу из овощей и мяса	180	12,24	12,24	12,24	12,24	208,08
457	Батон	30	2,25	0,89	15,42	15,42	78,30
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	9,30	38,00
82	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	9,80	44,00
	Итого :	510	15,09	13,63	46,76	46,76	368,38
ОБЕД 1-4 классы							
18	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,00	6,10	3,50	3,50	73,00
95	Борщ с капустой и картофелем	250	1,85	4,42	6,95	6,95	75,00
433	Сметана	10	0,23	1,50	0,32	0,32	15,75
328	Жаркое по-домашнему	180	16,92	12,87	23,22	23,22	276,30
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	27,88	14,60
573	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	14,76	70,20
575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	11,94	59,40
	Итого :	800	24,48	25,68	88,57	88,57	584,25
	Итого : за день	1310,00	39,57	39,31	135,33	135,33	952,63
ЗАВТРАК 5-11 классы							
322	Рагу из овощей и мяса	180	12,24	12,24	12,24	12,24	208,08
573	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	14,76	70,20
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	9,30	38,00
	Итого :	410,00	14,72	12,58	36,30	36,30	316,28
ОБЕД 5-11 классы							
18	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,00	6,10	3,50	3,50	73,00
95	Борщ с капустой и картофелем	250	1,85	4,42	6,95	6,95	75,00
433	Сметана	10	0,23	1,50	0,32	0,32	15,75
328	Жаркое по-домашнему	180	16,92	12,87	23,22	23,22	276,30
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	27,88	114,60
573	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	14,76	70,20
575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	11,94	59,40
	Итого :	800,00	24,48	25,68	88,57	88,57	813,85
	Итого : за день	1210,00	39,20	38,26	124,87	124,87	1130,13

Шеф-повар: Т.С.Пташиц