

МЕНЮ

М.В.Иванова
2024г.

Утверждаю
Директор МКОУ СОШ №4
"27" сентября

Номер рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества		Энергетическая ценность (Ккал)
		г.	г.	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК 1-4 классы						
302	Каша рассыпчатая	150	7,10	6,09	38,64	243,75
290	Птица или кролик тушенные в соусе	100	9,78	10,12	2,93	150,00
71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	30	0,33	0,06	1,14	6,60
376	Чай с сахаром	215	0,06	0,02	15,01	60,01
	Хлеб пшеничный	30	3,12	1,35	13,05	82,20
	Итого :	525,00	20,39	17,64	70,77	542,56
ОБЕД 1-4 классы						
42	Салат картоф. с соевыми огурц. и зеленым горошк.	100	1,75	6,18	9,24	99,50
56	Борщ с капустой и картофелем	260	1,66	4,99	11,67	97,50
202	Макаронные изделия отварные	150	5,65	0,67	31,92	156,30
255	Печень по-строгановски	100	9,26	11,23	3,52	185,00
280	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	18,90	73,00
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 :	910	25,62	24,12	119,75	827,30
	Итого : за день	1435,00	46,01	41,76	190,52	1369,86
ЗАВТРАК 5-11 классы						
302	Каша рассыпчатая	180	8,51	7,31	46,37	292,50
290	Птица или кролик тушенные в соусе	100	9,78	10,12	2,93	150,00
71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	50	0,55	0,10	1,90	11,00
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 :	585,00	23,06	19,35	83,61	623,11
ОБЕД 5-11 классы						
42	Салат картоф. с соевыми огурц. и зеленым горошк.	100	1,75	6,18	9,24	99,50
56	Борщ с капустой и картофелем	260	1,66	4,99	11,67	97,50
202	Макаронные изделия отварные	180	6,79	0,81	38,30	187,56
255	Печень по-строгановски	100	9,26	11,23	3,52	185,00
280	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	18,90	73,00
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 :	940,00	26,76	24,26	126,13	858,56
	Итого : за день	1525,00	49,82	43,61	209,74	1481,67

Шеф-повар:  Т.С.Пташиц