



Утверждаю
 Директор МКОУ СОШ №4
 М.В.Иванова
 "27" ноября 2024г.

МЕНЮ

Номер рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
		г.	г.	г.	г.	г.
ЗАВТРАК 1-4 классы						
130	Каша овсяная молочная жидкая	200	6,30	9,80	27,10	223,00
380	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	2,94	1,98	20,92	113,40
79	Масло сливочное (порционнно)	20	0,16	14,50	0,26	132,20
338	Хлеб пшеничный	30	3,12	1,35	13,05	82,20
	Плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого :	550	12,92	28,03	71,13	597,80
ОБЕД 1-4 классы						
19	Салат из мор.кап.и моркови с яйцом и раст.маслом	60	1,30	6,60	1,70	72,00
112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	2,50	2,78	15,70	109,00
310	Картофель отварной	150	2,86	4,32	23,01	142,35
83	Котлеты или биточки рыбные	90	14,14	11,96	8,93	196,53
330	Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23
346	Компот из апельсинов или мандаринов	200	0,44	0,10	34,00	141,20
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 :	880	28,86	28,31	129,60	899,31
	Итого : за день	1430	41,78	56,34	200,73	1497,11
ЗАВТРАК 5-11 классы						
130	Каша овсяная молочная жидкая	200	6,70	9,80	27,10	223,00
380	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	2,94	1,98	20,92	113,40
79	Масло сливочное (порционнно)	20	0,16	14,50	0,26	132,20
	Хлеб пшеничный	40	4,16	1,80	17,40	109,60
	Итого :	460	13,96	28,08	65,68	578,20
ОБЕД 5-11 классы						
19	Салат из мор.кап.и моркови с яйцом и раст.маслом	100	2,17	11,00	2,83	120,00
112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	2,57	2,78	15,70	109,00
310	Картофель отварной	180	3,44	5,18	27,61	170,82
83	Котлеты или биточки рыбные	100	15,71	13,29	9,92	218,37
330	Соус сметанный	50	0,70	2,50	2,93	37,05
346	Компот из апельсинов или мандаринов	200	0,44	0,10	34,00	141,20
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 :	980	32,23	35,90	137,49	1012,44
	Итого : за день	1440	46,19	63,98	203,17	1590,64

Шеф-повар: *[Подпись]* Т.С.Пташиц