

МЕНЮ

Номер рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
			Белки Г.	Жиры Г.	Углеводы Г.	
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 солеными 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
209	Каша кукурузная рассыпчатая	150	3,95	4,67	32,80	189,10
372	Котлеты куриные	100	12,00	10,80	6,43	164,57
495	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
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	27,16	27,79	124,74	850,67
	Итого : за день	1435,00	47,55	45,43	195,51	1393,23
ЗАВТРАК 5-11 классы						
302	Каша рассыпчатая	180	8,51	7,31	46,37	292,50
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 :	485,00	13,28	9,23	80,68	473,11
ОБЕД 5-11 классы						
42	Салат картоф. с солеными 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
209	Каша кукурузная рассыпчатая	150	3,95	4,67	32,80	189,10
372	Котлеты куриные	100	12,00	10,80	6,43	164,57
495	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
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 :	910,00	27,16	27,79	124,74	850,67
	Итого : за день	1395,00	40,44	37,02	205,42	1323,78

Шеф-повар: *Т.С. Пташиц*



Утверждаю
Директор МКОУ СОШ №4
"27" декабря 2024г.

М.В.Иванова