



Утверждаю  
 Директор МКОУ СОШ №4  
 М.В.Иванова  
 "03" декабря 2024г.

**МЕНЮ**

Номер рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества		Энергетическая ценность (Ккал)
		г.	г.	Белки	Жиры	
				г.	г.	г.
<b>ЗАВТРАК 1-4 классы</b>						
223	Запеканка из творога (с молоком стуженным)	150	18,95	16,40	42,90	459,72
	Хлеб пшеничный	30	3,12	1,35	13,05	82,20
79	Масло сливочное (порционно)	20	0,16	14,50	0,26	132,20
379	кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,94	100,60
338	Плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого :</b>	<b>500</b>	<b>25,79</b>	<b>35,33</b>	<b>81,95</b>	<b>821,72</b>
<b>ОБЕД 1-4 классы</b>						
24	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,57	3,64	1,83	42,36
204	Макароны отварные с сыром	150	10,15	11,94	25,59	250,80
92	Котлета рыбная (треска)	90	12,69	2,34	7,74	102,87
348	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,34	0,10	23,60	98,40
573	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
	<b>Итого :</b>	<b>550</b>	<b>27,55</b>	<b>18,42</b>	<b>83,36</b>	<b>611,43</b>
	<b>Итого : за день</b>	<b>1050,00</b>	<b>53,34</b>	<b>53,75</b>	<b>165,31</b>	<b>1433,15</b>
<b>ЗАВТРАК 5-11 классы</b>						
223	Запеканка из творога (с молоком стуженным)	200	25,26	21,86	57,20	612,96
	Хлеб пшеничный	40	4,16	1,80	17,40	109,60
79	Масло сливочное (порционно)	20	0,16	14,50	0,26	132,20
379	кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,94	100,60
	<b>Итого :</b>	<b>460,00</b>	<b>32,74</b>	<b>40,84</b>	<b>90,80</b>	<b>955,36</b>
<b>ОБЕД 5-11 классы</b>						
24	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,95	6,06	3,05	70,60
204	Макароны отварные с сыром	150	10,15	11,94	25,59	250,80
92	Котлета рыбная (треска)	90	12,69	2,34	7,74	102,87
348	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,34	0,10	23,60	98,40
573	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
	<b>Итого :</b>	<b>590,00</b>	<b>27,93</b>	<b>20,84</b>	<b>84,58</b>	<b>639,67</b>
	<b>Итого : за день</b>	<b>1050,00</b>	<b>60,67</b>	<b>61,68</b>	<b>175,38</b>	<b>1595,03</b>

Шеф-повар: Т.С.Пташиц