



Утверждаю
 Директор МКОУ СОШ №4
 М.В.Иванова
 "30" сентября
 2024г.

МЕНЮ

Номер рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда г.	Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)
			Белки г.	Жиры г.	
ЗАВТРАК 1-4 классы					
183	Каша жидкая мол.из гречневой крупы (с маслом или сахаром)	210	9,09	13,00	35,17
	Хлеб пшеничный				295,01
15	Сыр (порциями)(Российский)	30	3,12	1,35	13,05
377	Чай с лимоном	20	4,64	5,90	0,00
338	Фрукты или ягоды свежие	200	0,12	0,02	13,70
	Итого :	100	0,40	0,40	9,80
		560,00	17,37	20,67	71,72
ОБЕД 1-4 классы					
75	Икра свекольная или морковная	60	1,42	0,06	13,72
114	Суп картофельный с крупой	250	2,77	3,52	9,80
259	Жаркое по- домашнему	175	16,21	18,10	16,57
346	Компот из апельсинов или мандаринов	200	0,44	0,10	34,00
573	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60
575	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90
	Итого :	785,00	28,04	22,83	118,59
	Итого : за день	1345,00	45,41	43,50	190,31
ЗАВТРАК 5-11 классы					
183	Каша жидкая мол.из гречневой крупы (с маслом или сахаром)	210	9,09	13,00	35,17
377	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70
15	Сыр (порциями)(Российский)	30	6,96	8,85	0,00
	Хлеб пшеничный	40	4,16	1,80	17,40
	Итого :	480,00	20,33	23,67	66,27
ОБЕД 5-11 классы					
75	Икра свекольная или морковная	100	2,37	0,10	22,87
114	Суп картофельный с крупой	250	2,77	3,52	9,80
259	Жаркое по- домашнему	200	18,52	20,68	18,94
346	Компот из апельсинов или мандаринов	200	0,44	0,10	34,00
573	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60
575	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90
	Итого :	850,00	31,30	25,45	130,11
	Итого : за день	1330,00	52,03	49,52	206,18
					1577,11

Шеф-повар: *Т.С.Пташиц*