



Утверждаю  
Директор МКОУ СОШ №4  
"31" марта 2025г.  
М.В.Иванова

МЕНЮ

Номер рецеп-туры	Наименование блюда				Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Г.	Г.	Г.	
<b>ЗАВТРАК 1-4 классы</b>								
217		Каша рисовая вязкая	200	5,77	6,36	35,96	224,19	
457		Батон	30	2,25	0,89	15,42	78,30	
75		Сыр полутвердый (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	71,60	
382		Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	
267		Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	
338		Плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
		Итого :	590,00	22,24	21,69	79,06	602,69	
<b>ОБЕД 1-4 классы</b>								
52		Салат из свеклы отварной	100	0,85	3,61	4,96	55,68	
106		Щи из квашеной капусты с картофелем	250	1,97	6,72	4,33	85,88	
433		Сметана	10	0,23	1,50	0,32	15,75	
211		Каша рассыпчатая с овощами	180	4,11	3,68	40,28	212,57	
341		Котлеты "Пермские"	100	16,00	15,50	12,00	253,00	
342		Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	
573		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	
575		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40	
		Итого :	900,00	27,64	31,80	116,47	867,08	
		Итого : за день	1490,00	49,88	53,49	195,53	1469,77	
<b>ЗАВТРАК 5-11 классы</b>								
217		Каша рисовая вязкая	200	5,77	6,36	35,96	224,19	
382		Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	
15		Сыр (порциями)(Российский)	30	6,96	8,85	0,00	108,00	
267		Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	
573		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	
		Итого :	500,00	24,19	23,59	68,60	583,99	
<b>ОБЕД 5-11 классы</b>								
52		Салат из свеклы отварной	100	0,85	3,61	4,96	55,68	
106		Щи из квашеной капусты с картофелем	250	1,97	6,72	4,33	85,88	
433		Сметана	10	0,23	1,50	0,32	15,75	
211		Каша рассыпчатая с овощами	180	4,11	3,68	40,28	212,57	
341		Котлеты "Пермские"	100	16,00	15,50	12,00	253,00	
342		Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	
573		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	
575		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40	
		Итого :	900,00	27,64	31,80	116,47	867,08	
		Итого : за день	1400,00	51,83	55,39	185,07	1451,07	

Шеф-повар: *[Подпись]* Т.С.Пташиц