



Утверждено
 Директор МКОУ СОШ №4
 М.В.Иванова
 "04" марта 2025г.

МЕНЮ

Номер рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
		Г.	г.	Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК 1-4 классы							
279	Запеканка из творога	150	17,50	11,55	22,50	291,00	
471	Молоко стуженное	20	1,44	1,70	11,10	65,40	
457	Батон	30	2,25	0,89	15,42	78,30	
465	кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88,00	
82	фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00	
	Итого :	500	24,39	17,04	72,42	566,70	
ОБЕД 1-4 классы							
18	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,00	6,10	3,50	73,00	
95	Борщ с капустой и картофелем	250	1,85	4,42	6,95	75,00	
433	Сметана	10	0,23	1,50	0,32	15,75	
328	Жаркое по- домашнему	180	16,92	12,87	23,22	276,30	
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	14,60	
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 :	800	24,48	25,68	88,57	584,25	
	Итого : за день	1300,00	48,87	42,72	160,99	1150,95	
ЗАВТРАК 5-11 классы							
279	Запеканка из творога	150	17,50	11,55	22,50	291,00	
471	Молоко стуженное	50	3,60	4,25	27,75	163,50	
573	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	
465	кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88,00	
	Итого :	550,00	28,10	19,10	98,25	703,50	
ОБЕД 5-11 классы							
18	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,00	6,10	3,50	73,00	
95	Борщ с капустой и картофелем	250	1,85	4,42	6,95	75,00	
433	Сметана	10	0,23	1,50	0,32	15,75	
328	Жаркое по- домашнему	180	16,92	12,87	23,22	276,30	
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 :	800,00	24,48	25,68	88,57	813,85	
	Итого : за день	1350,00	52,58	44,78	186,82	1517,35	

Шеф-повар: Т.С.Пташиц