



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ № 4
 Ф.И.О. Кропачева Е.В.

(подпись, печать)

Меню на 19.12.2024 г.

Завтрак														
№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1- 4 классы				5-11 классы				стоимость, руб	
					белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб		
1	73	Икра кабачковая	60	80,28	1,64	4,31	8,73	8,87	100	133,8	2,73	7,18	14,55	14,7
2	291	Плов из отварной птицы	180	274,8	15,25	9,42	32,16	34,96	210	320,6	17,79	10,99	37,57	40,79
3	382	Какао с молоком	200	118,52	4,08	3,54	17,58	11,4	200	118,52	4,08	3,54	17,58	11,4
	ПР	Хлеб пшеничный	25	60,5	2,02	0,25	12,2	1,48	35	84,7	2,83	0,35	17,8	2,08
5	ПР	Хлеб ржаной	25	53,5	1,18	0,18	12,45	1,13	35	74,9	1,65	0,25	17,43	1,97
6	ПР	Кондитерское изделие (печенье)	20	82,9	1,7	2,26	13,94	5,2	40	165,8	3,4	4,52	27,88	10,4
		Итого	510	670,5	25,87	19,96	97,06	63,04	620	898,32	32,48	26,83	132,81	81,34

Обед														
№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1- 4 классы				5-11 классы				стоимость, руб	
					белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб		
1	70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	60	6	0,48	0,06	1,02	9,67	100	10	0,8	0,1	1,7	16,12
2	96	Рассольник ленинградский	250	107,25	2,02	5,09	11,98	11,56	250	107,25	2,02	5,09	11,98	11,56
3	258	Мясо духовое	200	335,32	18,84	21,01	17,72	51,46	200	335,32	18,84	21,01	17,72	50,02
4	349	Компот из сухофруктов	200	82,6	0,2	0	20,8	7,41	200	82,6	0,2	0	20,8	7,41
5		Хлеб пшеничный	40	96,8	3,24	0,4	19,52	2,37	60	145	4,86	0,6	29,28	3,56
6		Хлеб ржаной	20	42,8	0,9	0,14	9,96	1,13	45	96,3	2,02	0,31	22,41	2,54
		Фрукты свежие (яблоки)	100	47	0,4	0,3	9,8	8	100	47	0,4	0,3	9,8	8
		Итого	870	717,77	26,08	27	90,8	91,6	955	823,47	29,14	27,41	113,69	99,21

Полдник														
№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1- 4 классы				5-11 классы				стоимость, руб	
					белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб		
1	382	Картофельная запеканка с мясом	150	285	17,47	19,62	14,17	48,13	200	380	23,29	26,16	18,89	62,72
2		Компот из сухофруктов	200	106	1,04	0,6	10,2	5,14	200	106	1,04	0,6	10,2	5,14
3		Хлеб ржаной	25	51,2	1,66	0,3	10,46	1,41	25	51,2	1,66	0,3	10,46	1,41
		Итого	375	442,2	20,17	20,52	34,83	54,68	425	537,2	25,99	27,06	39,55	69,27

Начальник производства _____ Морозова Е.С.