

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



Меню на 02.10.2024 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	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры		углеводы
1	24	Салат из овощей (помидоров огурцов)	80	20,48	1,05	0,19	3,64	10,53	100	25,43	1,3	0,23	4,54	13,38
2	273	Котлеты рубленые из кур,запеченные с соусом молочным	90	228,82	11,4	15,17	11,68	34,52	100	253,6	12,6	16,8	13	38,38
3	303	Каша вязкая (ячневая)	150	224,09	8,04	4,15	38,64	6,36	180	268,47	9,63	4,95	46,35	6,78
4	379	Напиток кофейный на молоке	200	92,9	2,9	2,5	14,7	12,37	200	92,9	2,9	2,5	14,7	8,89
4		Хлеб пшеничный	25	58,6	1,69	0,22	12,54	1,48	35	82,0	2,36	0,3	17,55	2,08
5		Хлеб ржаной	25	51,2	1,66	0,3	10,46	1,41	35	71,68	2,33	0,42	14,64	1,97
6		Сок плодово-ягодный (в индивид.пром.упаковке)	200	84,93	1	0	20,23	35	200	84,93	1	0	20,23	12
		Итого	770	761,02	27,74	22,53	111,89	101,67	850	879,05	32,12	25,2	131,01	83,48

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	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры		углеводы
1	104	Суп с мясными фрикадельками	250/20	136,56	6,18	5,52	15,54	16,18	250/20	136,56	6,18	5,52	15,54	16,18
2		Птица запеченная	90	221,44	19,3	16	0,06	27,96	110	286,57	24,98	20,71	0,08	34,29
3	143	Рагу из овощей	150	200,6	2,53	15,7	12,29	14,78	180	240,72	3,03	18,84	14,75	20,58
4	342	Компот из фруктов	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,27	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,27
5		Хлеб пшеничный	40	93,76	2,7	0,34	20,06	2,37	65	152,36	4,39	0,55	32,6	3,86
6		Хлеб ржаной	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,26	45	92,16	2,99	0,54	18,83	2,54
		Кисломолочный продукт (в индивид.пром.упаковке)							180	90,18	4,14	4,42	5,66	22,32
		Итого	790	845,66	33,49	38,14	92,19	68,82	1050	1109,93	45,83	50,68	114,96	105,04

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	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры		углеводы
1	583	Шанежка наливная	80	208	6,08	5,44	33,44	24,65	120	312	9,12	8,16	50,16	17,38
2		Сок плодово-ягодный	200	84,93	1	0	20,23	12	200	84,93	1	0	20,23	12
3														
		Итого	280	292,93	7,08	5,44	53,67	36,65	320	396,93	10,12	8,16	70,39	29,38

Начальник производства

Морозова Е.С.