

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



Меню на 18.09.2024 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	<b>770</b>	<b>761,02</b>	<b>27,74</b>	<b>22,53</b>	<b>111,89</b>	<b>101,67</b>	<b>850</b>	<b>879,05</b>	<b>32,12</b>	<b>25,2</b>	<b>131,01</b>	<b>83,48</b>

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	<b>790</b>	<b>845,66</b>	<b>33,49</b>	<b>38,14</b>	<b>92,19</b>	<b>68,82</b>	<b>1050</b>	<b>1109,93</b>	<b>45,83</b>	<b>50,68</b>	<b>114,96</b>	<b>105,04</b>

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	<b>280</b>	<b>292,93</b>	<b>7,08</b>	<b>5,44</b>	<b>53,67</b>	<b>36,65</b>	<b>320</b>	<b>396,93</b>	<b>10,12</b>	<b>8,16</b>	<b>70,39</b>	<b>29,38</b>

Начальник производства

\_\_\_\_\_

Морозова Е.С.