



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 4
Ф.И.О. *Кропачева Е.В.*
(подпись, печать)

Кропачева Е.В.

Меню на 17.12.2024 г.

Завтрак														
1-4 классы														
5-11 классы														
№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	52	Салат из свеклы отварной	60	55,68	0,84	3,6	4,96	4,54	100	92,8	1,4	6	8,27	7,53
2	278	Тефтели мясные под соусом	90	107,37	4,47	6,5	7,67	18,09	100	119,3	4,97	7,26	8,52	21,82
3	303	Каша пшенная вязкая	150	157,5	4,18	5,01	23,9	5,98	200	210	5,57	6,68	31,92	6,39
	379	Напиток кофейный на молоке	200	92,9	2,9	2,5	14,7	8,28	200	92,9	2,9	2,5	14,7	8,27
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	1,41	35	74,9	1,65	0,25	17,43	1,97
7	ПР	Кисломолочный продукт (в индивид.пром.упаковке)	150	76,5	4,35	3,75	6,3	35	180	91,8	5,22	4,5	7,56	30,60
		Итого	700	603,95	19,94	21,79	82,18	74,78	850	766,4	24,54	27,54	106,2	78,66

Обед														
1-4 классы														
5-11 классы														
№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	89,75	1,77	4,95	7,9	10,97	250	89,75	1,77	4,95	7,9	10,97
2	260	Гуляш	90	198,9	13,09	22	2,6	36,49	100	221	14,55	26	2,89	46,61
3	303	Каша вязкая (перловая)	150	135	3,01	4,09	21,36	6,36	180	162	3,61	4,9	25,6	6,83
4	378	Чай с молоком	200	81	1,52	1,35	15,9	8,27	200	81	1,52	1,35	15,9	4,81
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	40	85,6	1,8	0,28	19,92	2,26
7	338	Фрукты свежие (яблоки)	100	47	0,4	0,4	9,8	8	100	47	0,4	0,4	9,8	8
8	ПР	Сок плодово-ягодный (в индивид.пром.упаковке)	200	94	0	0	23,4	32	200	94	0	0	23,4	12
		Итого	1050	785,25	23,93	33,33	110,44	105,59	1130	925,35	28,51	38,48	134,69	95,04

Полдник														
1-4 классы														
5-11 классы														
№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1		Кисломолочный продукт	180	90,18	12,15	1,55	90,27	22,32	200	100,2	13,5	1,72	100,3	24,72
2	287	Запеканка рисовая со свежими плодами	150	194,25	5,02	4,57	33,52	13,7	200	259	6,69	6,09	44,69	18,25
3		Хлеб пшеничный	25	58,6	1,69	0,22	12,54	1,48	35	82,04	2,36	0,3	17,55	2,07
		Итого	355	343,03	18,86	6,34	136,33	37,5	435	441,24	22,55	8,11	162,54	45,04

Начальник производства _____ Морозова Е.С.