



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

Меню на 29.11.2024 г.

Завтрак														
№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1- 4 классы				стоимость, руб	5-11 классы				
					белки	жиры	углеводы	белки		жиры	углеводы	стоимость, руб		
1	71	Овощи свежие (огурцы)	70	9,87	0,49	0,07	1,32	11,04	100	14,1	0,7	0,1	1,89	15,67
2	260	Птица в соусе с томатами	90	221,44	19,3	16	0,06	26,21	110	286,57	24,98	20,7	0,08	40,32
3	309	Макаронные изделия отварные с маслом	150	211,58	5,65	6,82	31,91	4,09	180	253,83	6,77	8,18	38,28	8,19
	379	Напиток кофейный на молоке	200	92,9	2,9	2,5	14,7	10,47	200	92,9	2,9	2,5	14,7	9,21
	ПР	Хлеб пшеничный	40	93,76	2,7	0,34	20,06	2,71	45	105,48	3,04	0,39	22,57	3,05
	ПР	Хлеб ржаной	25	51,2	1,66	0,3	10,46	1,61	35	71,68	2,33	0,42	14,64	2,25
6	ПР	Кисломолочный продукт (в индивид. пром. упаковке)	150	75,15	3,45	3,68	4,72	37	180	90,18	4,14	4,42	5,66	33,6
		Итого	725	755,9	36,15	29,71	83,23	93,13	850	914,74	44,86	36,71	97,82	112,29

Обед														
№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1- 4 классы				стоимость, руб	5-11 классы				
					белки	жиры	углеводы	белки		жиры	углеводы	стоимость, руб		
1	82	Борщ с капустой и картофелем	250	95,2	1,8	4,92	10,93	9,64	250	95,2	1,8	4,92	10,93	9,64
2	261	Печень, тушенная в соусе сметанном	100	156	13,3	8,8	5,7	28,72	120	187,2	15,96	10,56	6,84	44,9
3	205	Макаронные изделия отварные с овощами	150	181,42	5,17	5,99	28,52	7,48	180	217,7	6,14	7,11	33,85	13,85
	376	Чай с сахаром	200	60,46	0,06	0,02	10,4	1,04	200	60,45	0,06	0,02	10,4	1,04
5	ПР	Хлеб пшеничный	60	140,64	4,05	0,51	30,09	4,07	60	140,64	4,05	0,51	30,09	4,07
6	ПР	Хлеб ржаной	20	40,96	1,33	0,24	8,37	1,29	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58
	ПР	Кондитерское изделие безкремовое (печенье сахарное)	40	231,55	2,49	12,96	26,24	3,08	35	202,6	2,18	11,34	22,96	4,2
		Молоко 3,2%-ной жирности (в индив. пром. упаковке)	200	106,6	5	5	13,6	35	200	106,6	5	5	13,6	35
		Итого	1020	1012,83	33,2	38,44	133,85	90,32	1085	1092,31	37,85	39,94	145,41	115,28

Полдник														
№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1- 4 классы				стоимость, руб	5-11 классы				
					белки	жиры	углеводы	белки		жиры	углеводы	стоимость, руб		
1	338	Фрукты свежие (яблоки)	100	45,5	0,42	0,42	10,67	12	110	48,84	0,46	0,46	11,73	13,2
2	ПР	Кондитерское изделие безкремовое (печенье сахарное)	25	146,95	1,88	8,05	16,75	6,75	40	184	3	7,2	26,8	10,8
3	376	Чай с сахаром	200	60,46	0,06	0,02	10,4	1,04	200	60,46	0,06	0,02	10,4	1,04
		Итого	325	252,91	2,36	8,49	37,82	19,79	293,3	3,52	7,68	48,93	25,04	

Начальник производства _____ Морозова Е.С.