

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

		Завтрак							Меню на 05.11.2024 г.						
		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	71	Овощи свежие огурцы	60	8,46	0,42	0,06	1,14	6,31	100	14,1	0,7	0,1	1,89	10,45	
2	175	Жаркое по-домашнему	175	312,61	17,01	15,68	25,86	47,15	200	357,05	19,4	17,92	29,54	50,98	
3	378	Фруктовый чай	200	60,46	0,6	0,4	10,4	4,9	200	60,46	0,6	0,4	10,4	4,9	
4		Хлеб пшеничный	25	58,6	1,69	0,22	12,54	1,48	40	93,8	2,7	0,34	20,06	2,37	
5		Хлеб ржаной	25	51,2	1,66	0,3	10,46	1,41	40	81,92	2,66	0,48	16,73	2,26	
7		Кисломолочный продукт	150	75,15	3,45	3,68	4,72	35	180	90,18	4,14	4,42	5,66	27,00	
		Итого	635	566,48	24,83	20,34	65,12	96,25	760	697,47	30,2	23,66	84,28	97,96	

		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	98	Суп крестьянский с крупой	250	74,56	1,48	4,92	6,09	6,28	250	74,56	1,48	4,92	6,09	6,28								
2	227	Рыба припущенная	110	155,95	19,28	8,36	0,9	53,89	110	155,95	19,28	8,36	0,9	53,89								
3	312	Картофельное пюре	150	205,86	3,46	5,42	23,05	14,39	180	247,03	4,15	6,51	27,66	14,76								
4	349	Компот из сухофруктов	200	106	0,66	0,09	32,01	7,14	200	106	0,66	0,09	32,01	7,14								
5		Хлеб пшеничный	40	93,76	2,7	0,34	20,06	2,37	70	164,08	4,73	0,6	35,11	4,16								
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								
7	71	Овощи свежие огурцы	60	8,46	0,42	0,06	1,14	6,31	100	14,1	0,7	0,1	1,89	10,5								
		Итого	850	726,51	30,66	19,67	99,99	92,64	955	853,88	33,99	21,12	122,49	99,27								

		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.