



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

Меню на 11.12.2024 г.

Завтрак

1- 4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1- 4 классы			стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	5-11 классы			стоимость, руб
					белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы	
1	70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	60	6	0,48	0,06	1,02	9,57	100	10	0,8	0,1	1,7	16,12
2	260	Гуляш	90	198,9	13,09	22	2,6	36,4	100	221	14,5	24,4	2,88	47,44
3	171	Каша гречневая рассыпчатая	150	262,5	8,3	8,95	37,37	8,23	200	350	11,01	11,94	49,82	11,24
4	382	Какао с молоком	200	118,52	4,08	3,54	17,58	11,47	200	118,52	4,08	3,54	17,58	8,59
		Хлеб пшеничный	25	60,5	2,02	0,25	12,2	1,48	35	84,70	2,83	0,35	17,8	2,08
5		Хлеб ржаной	25	53,5	1,8	0,18	12,45	1,41	35	74,9	1,65	0,25	17,43	1,97
6		Фрукты свежие (яблоки)	120	53,28	0,5	0,5	12,8	8,00						
7		Сок плодово-ягодный (в индивид.пром.упаковке)							200	94	0	0	23,4	12
		Итого	670	753,2	30,27	35,48	96,02	76,56	870	953,12	34,87	40,58	130,61	99,44

Обед

1- 4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1- 4 классы			стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	5-11 классы			стоимость, руб
					белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы	
1	70	Овощи натуральные соленые (помидоры)	60	12	0,67	0,06	2,1	9,57	100	20	1,1	0,1	3,5	16,12
2	103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	118,25	2,69	2,84	17,46	10,18	250	118,25	2,69	2,84	17,46	6,18
3	234	Котлеты или биточки рыбные	90	135,05	7,86	16,53	11,22	31,43	110	165,06	9,6	17,98	13,71	36,3
	125	Картофель отварной	150	136,5	2,76	5,42	19,17	12,9	180	163,8	3,31	6,5	23	15,92
	342	Компот из фруктов	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,04	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,04
5		Хлеб пшеничный	40	96,8	3,24	0,4	9,96	2,37	60	145	4,86	0,6	29,28	3,56
6		Хлеб ржаной	40	85,6	1,8	0,28	19,92	2,26	40	85,6	1,8	0,28	19,92	2,26
	338	Фрукты свежие (яблоки)	100	47	0,4	0,4	9,8	8	100	47	0,4	0,4	9,8	8
		Сок плодово-ягодный (в индивид. пром. упаковке)	200	94	0	0	23,4	32	200	94	0	0	23,4	12
		Итого	1130	836,58	19,54	26,03	140,53	113,75	1240	950,09	23,88	28,8	167,57	105,38

Полдник

1- 4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1- 4 классы			стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	5-11 классы			стоимость, руб
					белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы	
1	541	Булочка ванильная	60	179	5,3	9,25	28,8	7,24	120	358	10,6	18,5	57,6	13,09
2	3	Бутерброд с сыром "голландский" и маслом сливочным	20/15/5	179,61	6,23	8,41	19,75	17,41						
3		Сок плодово-ягодный	200	84,93	1	0	20,23	12	200	84,93	1	0	20,23	12
4	3	Бутерброд с маслом сливочным							20/5	112,2	3,9	5,2	12,3	17,41
		Итого	300	443,54	12,53	17,66	68,78	36,65	345	555,13	15,5	23,7	90,13	42,5

Начальник производства \_\_\_\_\_ Морозова Е.С.