

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



Меню на 08.10.2024 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	71	Овощи свежие (помидоры)	70	14,98	0,49	0,07	1,32	8,56	100	21,4	0,7	0,1	1,89	12,24
2	291	Плов из отварной птицы	180	274,8	15,25	9,42	32,16	40,26	210	320,6	17,79	10,99	37,57	47,71
4	349	Компот из сухофруктов	200	106	0,66	0,09	32,01	7,11	200	106,0	0,66	0,09	32,01	7,11
		Хлеб пшеничный	40	93,76	2,7	0,34	20,06	2,37	45	105,48	3,04	0,39	22,57	2,67
5		Хлеб ржаной	25	51,2	1,66	0,3	10,46	1,41	35	71,68	2,33	0,42	14,64	2,04
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	715	625,67	21,76	10,22	116,24	94,71	790	710,09	25,52	11,99	128,91	83,77

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	81	Борщ	250	84,38	1,6	4,86	8,56	9,04	250	84,38	1,6	4,86	8,56	9,04
2	256	Мясо тушеное в соусе	90	205,32	6,59	18,35	3,45	35,19	100	228,14	7,33	20,39	3,84	43,16
3	302	Каша рассыпчатая (рисовая)	150	228,72	3,58	7,34	37,08	8,41	180	274,46	4,29	8,81	44,5	9,25
	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	60	140,64	4,05	0,51	30,09	3,56	65	152,36	4,39	0,55	32,6	3,86
6		Хлеб ржаной	20	40,96	1,33	0,24	8,37	1,13	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,26
		Молоко 3,2%-ной жирности (в индивид.пром.упаковке)	200	106,6	5	5	13,6	35	200	106,6	5	5	13,6	12,4
		Итого	970	912,62	22,81	36,39	133,16	99,47	1035	1033,86	25,93	40,18	151,85	87,11

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	287	Суп молочный с макаронными изделиями	200	163,6	6,3	6,8	19,3	11,99	250	204,5	7,87	8,5	24,12	15,03
2	376	Чай с сахаром	200	60,46	0,06	0,02	10,4	1,3	200	60,46	0,06	0,02	10,4	1,3
3		Хлеб пшеничный	25	58,6	1,69	0,22	12,54	1,49	35	82,04	2,36	0,3	17,55	2,08
		Итого	425	282,66	8,05	7,04	42,24	14,78	485	347	10,29	8,82	52,07	18,41

Начальник производства

Морозова Е.С.