



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 4
Ф.И.О. Кропачева Е.В.

(подпись, печать)

Меню на 10.12.2024 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	45	Салат из белокочанной капусты	60	35,76	0,79	1,95	3,76	4,55	100	59,6	1,32	3,25	6,27	8,14
2	295	Котлеты рубленые	90	234	14,3	13,7	13,32	29,36	100	260	15,89	15,22	14,8	33,54
3	142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150	216	3,26	12,5	22,66	17,5	200	288	4,35	16,7	30,21	22,33
4	377	Чай с лимоном	200	62	0,13	0,02	15,2	2,95	200	62,0	0,13	0,02	15,2	2,86
		Хлеб пшеничный	20	48,4	1,62	0,2	9,76	0,74	20	46,70	1,62	0,2	9,76	2,08
5		Хлеб ржаной	25	53,5	1,18	0,18	12,45	1,13	35	74,9	1,65	0,25	17,43	0,67
6		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	21,6
		Итого	695	726,16	25,63	32,3	83,45	91,23	835	882,5	30,18	40,14	101,23	91,22
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	81	Борщ	250	91,25	1,6	7,85	8,56	7,65	250	91,25	1,6	7,25	8,56	7,66
2	256	Мясо тушеное	90	205,2	6,59	18,34	3,44	45,01	100	228	7,32	20,38	3,83	43,46
3	302	Каша рассыпчатая (рисовая)	150	203,55	3,6	11,51	37,08	4,44	180	246,24	4,32	13,82	44,49	9,02
	349	Компот из сухофруктов	200	82,6	0,2	0	20,8	8,54	200	82,6	0,66	0,09	32,01	7,41
5		Хлеб пшеничный	60	145	4,86	0,6	29,28	3,56	60	145	4,86	0,6	29,28	3,56
6		Хлеб ржаной	20	42,8	0,9	0,14	9,96	0,67	45	96,3	2,02	0,31	22,41	2,54
		Молоко 3,2%-ной жирности (в индивид.пром.упаковке)	200	120	5,8	6,4	9,4	35	200	120	5,8	6,4	9,4	12,03
		Итого	970	890,4	23,55	44,84	118,52	104,87	1035	1009,39	26,58	48,85	149,98	85,68
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	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.