



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

Завтрак														
Меню на 21.11.2024 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	45	Салат из овощей (белокачанной капусты)	80	62,26	1,05	0,19	3,64	8,94	100	77,83	1,31	0,24	4,55	10,68
2	268	Рыба запеченная под томатным соусом	110	151,93	7,73	8,69	10,7	33,3	130	179,55	9,14	10,27	12,65	41,43
3	312	Картофельное пюре	150	205,86	3,46	5,42	23,05	13,07	180	247,03	4,15	6,51	27,66	20,17
4	377	Чай с лимоном	200	61,5	0,13	0,02	10,25	3,04	200	61,5	0,13	0,02	10,25	3,04
5	ПР	Хлеб пшеничный							25	58,6	1,68	0,22	12,54	1,7
6	ПР	Хлеб ржаной	25	51,2	1,66	0,3	10,46	1,61	40	81,92	2,66	0,48	16,73	2,58
7	ТК	Пирог фруктовый "Школьный"	50	146,3	3,1	4,3	23,8	9,86	80	234,08	4,96	6,88	38,08	21,27
		Итого	<b>615</b>	<b>679,05</b>	<b>17,13</b>	<b>18,92</b>	<b>81,9</b>	<b>69,82</b>	<b>755</b>	<b>940,51</b>	<b>24,03</b>	<b>24,62</b>	<b>122,46</b>	<b>100,87</b>

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	71	Овощи натуральные (помидоры)	60	12,84	0,42	0,06	1,13	9,46	100	21,4	0,7	0,1	1,89	15,3
2	96	Рассольник по-ленинградски	250	101,81	2,02	5,09	11,98	10,07	250	101,81	2,02	5,09	11,98	13,57
3	258	Мясо духовое (с картофелем и овощами)	200	335,32	18,84	21,01	17,72	43,21	200	335,32	18,84	21,01	17,72	60,42
4	342	Компот из фруктов	200	111,38	0,12	0,1	27,5	6,7	200	111,38	0,12	0,1	27,5	6,7
5	ПР	Хлеб пшеничный	40	93,76	2,7	0,34	20,06	2,71	65	152,36	4,39	0,55	32,6	4,41
6	ПР	Хлеб ржаной	20	40,96	1,33	0,24	8,37	1,29	45	92,16	2,99	0,54	18,83	2,9
7	ТК	Фрукты свежие (яблоки)	125	55,5	0,52	0,52	13,33	15	125	55,5	0,52	0,52	13,33	15
		Итого	<b>895</b>	<b>751,57</b>	<b>25,95</b>	<b>27,36</b>	<b>100,09</b>	<b>88,44</b>	<b>985</b>	<b>869,93</b>	<b>29,58</b>	<b>27,91</b>	<b>123,85</b>	<b>118,3</b>

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	382	Картофельная запеканка с мясом	150	285	17,47	19,62	14,17	33,17	200	380	23,29	26,16	18,89	68,94
2		Напиток из сухофруктов	200	106	1,04	0,6	10,2	7,34	200	106	1,04	0,6	10,2	6,54
3		Хлеб ржаной	25	51,2	1,66	0,3	10,46	1,61	25	51,2	1,66	0,3	10,46	1,61
		Итого	<b>375</b>	<b>442,2</b>	<b>20,17</b>	<b>20,52</b>	<b>34,83</b>	<b>42,12</b>	<b>425</b>	<b>537,2</b>	<b>25,99</b>	<b>27,06</b>	<b>39,55</b>	<b>77,09</b>

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