

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО**





МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4
Дата: 23.01.2025
Дети: _____
Пол: Мальчик
Номер для учета: 4
Возраст: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,27	53,57	19,00р.
2.	Плов из отварной говядины	180	18,36	17,19	29,20	356,40	80,00р.
3.	Фруктовый чай (с яблоком)	200	0,60	0,40	10,40	61,80	10,00р.
4.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50р.
5.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р.
	Всего:	505	23,75	18,21	80,08	611,59	
							114,00р.
ОБЕД							
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	60	0,71	1,92	5,33	47,64	17,00 Р
2.	Рассольник	200	2,02	5,00	11,98	101,81	23,00 Р
3.	Голубцы мясные	90	7,50	7,65	5,63	171,40	48,50 Р
4.	Каша вязкая (ячневая)	150	3,23	4,22	25,80	231,80	20,00 Р
5.	Фрукты свежие (яблоко кубанское)	120	0,50	0,50	12,25	55,50	15,80 Р
6.	Напиток из плодов шиповника	200	0,30	0,00	15,20	62,00	10,00 Р
7.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00 Р
8.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42	2,00 Р
	Всего:	900	18,96	19,95	110,57	844,51	
							138,50р.
Полдник 2 смена (овощный)							
1.	Каша "Дружба" молочная	250	8,25	10,41	43,86	211,39	
2.	Кефир 2,5%	180	6,00	6,40	8,21	114,40	
		430	14,25	16,81	52,07	325,79	

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4
Дата: 23.01.2025
Дети: _____
Пол: Мальчик
Номер для учета: 4
Возраст: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Икра кабачковая	100	1,68	0,08	20,45	89,28	23,00 Р
2.	Плов из отварной говядины	200	20,40	19,09	32,44	396,00	90,00 Р
3.	Фруктовый чай (с яблоком)	200	0,60	0,40	10,40	61,80	10,00 Р
4.	Хлеб пшеничный	50	2,98	0,36	21,08	111,62	2,70 Р
5.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	Всего:	590	27,90	20,38	102,53	739,54	
							128,70 Р
ОБЕД							
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	100	1,18	3,20	8,88	69,13	20,00 Р
2.	Рассольник	250	2,53	6,25	14,98	127,26	25,00 Р
3.	Голубцы мясные	100	8,33	8,50	6,26	190,40	52,00 Р
4.	Каша вязкая (ячневая)	180	5,58	10,98	31,08	257,20	22,00 Р
5.	Напиток из плодов шиповника	200	0,30	0,00	15,20	62,00	10,00 Р
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00 Р
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
8.	Фрукты свежие (яблоко кубанское)	120	0,50	0,50	12,25	55,50	15,00 Р
	Всего:	1050	24,24	30,31	132,10	976,27	
							150,00 Р
Полдник 2 смена (овощный)							
1.	Каша "Дружба" молочная	250	8,25	10,41	43,86	211,39	
2.	Кефир 2,5 %	200	6,00	6,40	8,21	114,40	
		450	14,25	16,81	52,07	325,79	

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"