

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО**





МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4
 Дата: 17.03.2025
 День: _____
 Неделя: 1
 Номер дня недели: 1
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Пример блюда	наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углевод ды	Калорийно сть	цена
ЗАВТРАК								
1.	Зеленый горошек консервированный		100	5,67	4,17	12,83	111,50	28,00 Р
2.	Сметан натуральный		200	18,57	25,60	3,51	386,20	77,00 Р
3.	Сыр плавленый		20	5,20	5,37	0,00	68,68	25,00 Р
4.	Кислом с молоком		200	4,08	3,54	17,58	118,52	20,00 Р
5.	Хлеб пшеничный		40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Хлеб ржаной		45	2,32	0,504	20,43	90,94	3,20 Р
7.	Яблоко свежее		120	0,50	0,50	12,25	55,50	15,00 Р
	Всего		725	38,92	39,92	83,47	920,63	171,60 Р
ОБЕД								
1.	Икра кабачковая		100	1,68	0,08	20,95	89,28	23,00 Р
2.	Борщ с картофелем и сметаной		250	2,50	8,13	16,80	150,33	25,00 Р
3.	Вощ "Курица с рисом и овощами"		230	12,88	23,60	43,01	329,66	69,00 Р
4.	Сок фруктовый		200	1,00	0,20	20,20	84,80	15,00 Р
5.	Хлеб пшеничный		40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Хлеб ржаной		40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	Всего		860	22,69	32,33	135,98	824,20	137,50 Р
Полдник 2 смены (без+итив)								
1	Макаронн запечен с яблом		200	5,50	7,87	28,00	201,86	
2	Бульбород с маслом сливочным 30/10		40	2,93	6,40	21,3	92,3	
3	Кофейный напиток с молоком		200	2,79	3,19	19,71	118,60	
	Всего		440	11,22	17,46	69,01	412,86	

Директор МБОУ СОШ № 4

Зав. производством ООО "Ваша северная компания"



МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4
 Дата: 17.03.2025
 День: _____
 Неделя: 1
 Номер дня недели: 1
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Пример блюда	наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углевод ды	Калор ийнос ть	цена
ЗАВТРАК								
1.	Зеленый горошек консервированный		60	3,40	2,50	7,70	64,90	20,00 Р
2.	Омлет натуральный		160	14,86	20,18	2,81	308,96	60,00 Р
3.	Сыр плавленый		15	3,90	3,99	0,00	51,51	20,00 Р
4.	Кислом с молоком		200	4,08	3,54	17,58	118,52	20,00 Р
5.	Хлеб пшеничный		25	1,49	0,18	10,54	55,81	2,00 Р
6.	Хлеб ржаной		25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50 Р
7.	Фрукты свежие (яблоко и банановые)		120	0,50	0,50	12,25	55,50	15,00 Р
	Всего		605	29,63	31,47	62,23	797,72	129,50 Р
ОБЕД								
1.	Икра кабачковая		60	1,61	0,05	17,57	53,57	19,00 Р
2.	Борщ с картофелем		200	2,00	6,50	13,44	120,76	23,00 Р
3.	Вощ "Курица с рисом и овощами"		180	10,08	18,54	33,66	258,00	65,00 Р
4.	Сок фруктовый		200	1,00	0,20	20,20	84,80	15,00 Р
5.	Хлеб пшеничный		40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Хлеб ржаной		40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	Всего		720	18,71	26,04	114,89	686,76	127,50 Р
Полдник 2 смены (без+итив)								
1	Макаронн запечен с яблом		150	4,12	5,90	21,00	149,5	
2	Бульбород с маслом сливочным 30/10		40	2,93	6,40	21,30	92,3	
3	Кофейный напиток с молоком		200	2,79	3,19	19,71	118,60	
	Всего		390	9,84	15,49	62,01	360,38	

Директор МБОУ СОШ № 4

Зав. производством ООО "Ваша северная компания"

