



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 4
 "13. ноября 2024 г."

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4
 Дата 13.11.2024
 Девь: _____
 Иезели: _____
 Номер дня недели: 2
 Возрастная категория: 8 / 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	весов в граммах	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийно сть
ЗАВТРАК						
1.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90
2.	Гуаш из говядины	100	14,55	16,79	2,89	221,00
3.	Каша рисовая с морковью	150	2,90	5,40	27,20	209,00
4.	Напиток из плодов шиповника	200	0,30	0,00	15,20	62,00
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52
	Всего:	575	24,93	25,26	81,2	698,72
ОБЕД						
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	60	0,70	1,00	2,60	22,20
2.	Суп-лапша домашний	200	2,05	4,43	9,30	92,60
3.	Котлеты мясо - картофельные по - хмыновски	90	12,78	10,26	11,70	191,70
4.	Капуста тушеная	150	3,75	6,90	16,05	141,00
5.	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49
6.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
7.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42
8.	Фрукты свежие (Яблоко кубанское)	120	0,50	0,50	12,25	55,50
	Всего:	880	23,95	23,70	109,85	764,20
ПОЛДНИК						
1.	Каша ячневая молочная (рисовая)	200	4,01	6,50	15,80	169,8
2.	Кондитерское изделие (печенье промышленного производства)	20	1,69	2,25	13,95	82,89
3.	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	61,50
	Всего:	420	5,83	8,77	44,95	314,19

Директор МБОУ СОШ № 4 *Я.В.Сидорова*

Зав. производством ООО "Ваша sereneвая компания" *Я.В.Сидорова*