



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 4
 "13.11.2024" *А.В.Васильев*

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4
 Дата 13.11.2024
 День: _____
 Недели _____
 Номер дня недели: 2
 Возрастная категория: 8 лет

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийно сть
ЗАВТРАК						
1.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90
2.	Гуляши 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 - хлыновски	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 кубинское)	120	0,50	0,50	12,25	55,50
	Всего:	880	23,95	23,70	109,85	764,20
ПОЛДНИК						
1.	Каша жидкая 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	61,59
	Всего:	420	5,83	8,77	44,95	314,19

Директор МБОУ СОШ № 4 *А.В.Васильев*

Зав. производством ООО "Ваша sereneяя компания"

