





## МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4  
Дата: 18.02.2025  
День: \_\_\_\_\_  
Неделя: \_\_\_\_\_  
Номер дня недели: 2  
Возрастная категория: 12 лет и старше

| № п/п                              | Прием пищи, наименование блюда                 | выход в граммах | Жиры  | Белки | Углеводы | Калорийность | цена     |
|------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------|-------|-------|----------|--------------|----------|
| <b>ЗАВТРАК</b>                     |                                                |                 |       |       |          |              |          |
| 1                                  | Пудинг из творога запеченный                   | 200             | 30,13 | 10,66 | 41,33    | 381,33       | 77,70 Р  |
| 2                                  | Сгущенное молоко                               | 30              | 4,50  | 7,50  | 23,76    | 63,54        | 20,00 Р  |
| 3                                  | Кофейный напиток с молоком                     | 200             | 2,79  | 3,19  | 19,71    | 118,69       | 20,00 Р  |
| 4                                  | Хлеб пшеничный                                 | 50              | 2,98  | 0,36  | 21,08    | 111,62       | 2,70 Р   |
| 5                                  | Кисломолочный напиток (кефир 2,5%)             | 200             | 6,00  | 6,40  | 8,21     | 114,40       | 30,00 Р  |
|                                    | Всего:                                         | 680             | 46,4  | 28,11 | 114,09   | 789,58       | 150,4    |
| <b>ОБЕД</b>                        |                                                |                 |       |       |          |              |          |
| 1.                                 | Овощи по-сезону (огурец свежий/огурец соленый) | 100             | 0,80  | 0,10  | 1,70     | 10,00        | 20,00 Р  |
| 2.                                 | Суп с крупой и томатом                         | 250             | 1,38  | 5,99  | 6,10     | 83,79        | 25,00 Р  |
| 3.                                 | Шницель натуральный рубленый                   | 100             | 10,31 | 15,13 | 8,95     | 213,18       | 53,00 Р  |
| 4.                                 | Каша вязкая пшеничная                          | 180             | 5,93  | 9,47  | 38,62    | 262,80       | 22,00 Р  |
| 5.                                 | Сыр порциками                                  | 30              | 7,80  | 7,98  | 0,00     | 103,02       | 26,00 Р  |
| 6.                                 | Чай черный с сахаром                           | 200             | 0,07  | 0,02  | 15,00    | 60,46        | 10,00 Р  |
| 7.                                 | Хлеб пшеничный                                 | 60              | 3,58  | 0,43  | 25,30    | 133,94       | 3,00 Р   |
| 8.                                 | Хлеб ржаной                                    | 40              | 2,24  | 0,45  | 18,16    | 80,83        | 3,00 Р   |
|                                    | Всего:                                         | 960             | 32,10 | 39,57 | 113,82   | 948,02       | 162,00 Р |
| <b>Полдник 2 смена (овощ+ябло)</b> |                                                |                 |       |       |          |              |          |
| 1                                  | Омлет натуральный                              | 200             | 18,57 | 25,60 | 3,51     | 386,20       |          |
| 2                                  | Зеленый горошек консервированный               | 100             | 5,67  | 4,17  | 12,83    | 111,5        |          |
| 3                                  | Бутерброд с маслом сливочным 30/10             | 40              | 2,93  | 6,40  | 21,30    | 92,30        |          |
| 4                                  | Компот из яблок                                | 200             | 0,52  | 0,18  | 28,86    | 119,10       |          |
|                                    | Всего:                                         | 540             | 27,69 | 36,35 | 66,5     | 709,10       |          |

Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



## МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4  
Дата: 18.02.2025  
День: \_\_\_\_\_  
Неделя: \_\_\_\_\_  
Номер дня недели: 2  
Возрастная категория: 7-11 лет

| № п/п                              | Прием пищи, наименование блюда                 | выход в граммах | Белки | Жиры  | Углеводы | Калорийность | цена     |
|------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------|-------|-------|----------|--------------|----------|
| <b>ЗАВТРАК</b>                     |                                                |                 |       |       |          |              |          |
| 1.                                 | Пудинг из творога запеченный                   | 160             | 24,10 | 8,50  | 33,06    | 305,06       | 60,00р.  |
| 2                                  | Сгущенное молоко                               | 30              | 4,50  | 7,50  | 23,76    | 63,54        | 20,00 Р  |
| 3                                  | Кофейный напиток с молоком                     | 200             | 2,79  | 3,19  | 19,71    | 118,69       | 20,00 Р  |
| 4                                  | Хлеб пшеничный                                 | 40              | 2,38  | 0,29  | 16,86    | 89,30        | 2,50 Р   |
| 5                                  | Кисломолочный напиток (кефир 2,5%)             | 180             | 5,40  | 5,76  | 7,39     | 102,96       | 28,00 Р  |
|                                    | Всего:                                         | 610             | 39,17 | 25,24 | 100,78   | 679,55       | 130,50 Р |
| <b>ОБЕД</b>                        |                                                |                 |       |       |          |              |          |
| 1.                                 | Овощи по-сезону (огурец свежий/огурец соленый) | 60              | 0,48  | 0,06  | 1,02     | 6,00         | 17,00р.  |
| 2.                                 | Суп с крупой и томатом                         | 200             | 1,10  | 4,79  | 4,88     | 67,03        | 23,00р.  |
| 3.                                 | Шницель натуральный рубленый                   | 90              | 15,55 | 18,67 | 8,06     | 191,86       | 40,00р.  |
| 4.                                 | Каша вязкая пшеничная                          | 150             | 4,94  | 7,89  | 32,18    | 219,00       | 20,00р.  |
| 5.                                 | Фрукты свежие (яблоко кубанское)               | 120             | 1,80  | 1,80  | 25,20    | 115,20       | 15,00р.  |
| 6.                                 | Чай черный с сахаром                           | 200             | 0,07  | 0,02  | 15,00    | 60,46        | 10,00 Р  |
| 7.                                 | Сыр порциками                                  | 30              | 7,8   | 7,98  | 0        | 103,02       | 40,00 Р  |
| 8.                                 | Хлеб пшеничный                                 | 40              | 2,38  | 0,29  | 16,86    | 89,30        | 2,50 Р   |
| 9.                                 | Хлеб ржаной                                    | 40              | 2,24  | 0,45  | 18,16    | 80,83        | 3,00 Р   |
|                                    | Всего:                                         | 930             | 36,36 | 41,95 | 121,36   | 932,70       |          |
| <b>Полдник 2 смена (овощ+ябло)</b> |                                                |                 |       |       |          |              |          |
| 1                                  | Омлет натуральный                              | 160             | 14,86 | 20,48 | 2,81     | 308,96       |          |
| 2                                  | Зеленый горошек консервированный               | 60              | 3,40  | 2,50  | 7,70     | 66,9         |          |
| 3                                  | Бутерброд с маслом сливочным 30/10             | 40              | 2,93  | 6,40  | 21,30    | 92,30        |          |
| 4                                  | Компот из яблок                                | 200             | 0,52  | 0,18  | 28,86    | 119,10       |          |
|                                    | Всего:                                         | 460             | 21,71 | 29,56 | 60,67    | 587,26       |          |

Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

