



МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4
 Дата: 19.04.2024
 День: _____
 Неделя: 1
 Номер дня недели: 3
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Салат из свеклы с огурцами соевыми	60	0,70	1,00	2,60	22,20	12,00р.
2.	Пшеница натуральный рубленый	90	15,55	18,67	8,06	191,86	51,50р.
3.	Макаронные изделия отварные с овощами	170	0,65	5,19	26,62	172,50	15,00р.
4.	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	61,50	6,00р.
5.	Хлеб пшеничный	25	1,49	0,18	10,54	55,81	2,00р.
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р.
7.	Кондитерское изделие (печенье промышленного производства)	20	1,69	2,25	13,95	82,89	10,00р.
	Всего:	590	21,61	27,59	88,32	637,28	99,00р.
ОБЕД							
1.	Салат из квашеной капусты	60	1,03	3,01	5,10	51,62	12,00 P
2.	Суп картофельный с бобовыми	200	4,40	4,21	12,00	118,60	15,00 P
3.	Гуляш из говядины	100	14,55	16,79	2,89	221,00	65,50 P
4.	Каша вязкая (гречневая)	150	8,85	5,15	39,80	243,75	15,00 P
5.	Кисель из сока папайевого	200	0,31	0,00	39,40	158,84	10,00 P
6.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 P
7.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42	2,00 P
8.	Кефир 2,5% (в индивидуальной промышленной упаковке)	200	6,00	6,40	8,21	114,40	26,50 P
	Всего:	970	38,64	36,87	133,34	1037,92	148,50 P
ПОЛДНИК							
1.	Запеканка рисовая с творогом с маслом	160	10,56	10,23	18,30	174,6	
2.	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49	
		360	11,22	10,32	50,31	306,09	50,00 P

Директор МБОУ СОШ № 4 *Светлана*



Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО**

