



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ СОШ № 4

*Л.В. Иванова*  
24 октября 2024 г.

## МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4  
Дата 24.10.2024  
Дети: \_\_\_\_\_  
Классы: 2  
Номер дня недели: 9  
Возрастная категория: 7-11 лет

Приним пищи, наименование блюда	высход в грам мах	Белки	Жиры	Углево ды	Калори дно сть
<b>ЗАВТРАК</b>					
Икра рыбная	60	1,01	0,05	12,27	53,57
Зерныя рыбные рубленые	90	9,42	14,94	13,99	178,00
Картофель отварной	150	2,93	5,06	17,39	126,80
Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
Хлеб пшеничный	25	1,49	0,18	10,54	55,81
Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52
<b>Всего:</b>	<b>550</b>	<b>17,25</b>	<b>20,51</b>	<b>88,74</b>	<b>549,50</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат "Витаминный" (с яблоком свежее, капуста, морковь)	60	0,71	1,92	5,33	47,64
Суп картофельный с бобовыми	200	4,40	4,21	12,00	118,60
Фрикадельки из кур	90	10,34	15,75	5,60	214,00
Макаронны отварные с овощами	150	0,57	5,51	24,36	149,31
Фруктовый чай (с яблоком)	200	0,60	0,40	10,40	61,80
Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83
Кисломолочный напиток (Кефир 2,5%)	180	6,00	6,40	8,21	114,40
<b>Всего:</b>	<b>960</b>	<b>27,24</b>	<b>34,93</b>	<b>100,92</b>	<b>875,88</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Сырники со сметанным соусом 150/20	170	11,30	14,10	24,50	200,1
Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
	<b>370</b>	<b>14,09</b>	<b>17,29</b>	<b>44,21</b>	<b>318,79</b>

Директор МБОУ СОШ № 4

Зав. производством ООО "Ваша северная компания"