

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО**



МЕНЮ

Назначение в номер школы № 4

Дата: 26.12.2024

Возраст: _____

Возраст для заказа: 2

Возраст для заказа: 9

Возраст для заказа: 7-11 лет

№ п/п	Продукты, наименование блюда	исход. в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,27	53,57	19,00р.
2.	Зрелые рыбные рубленые	90	9,42	14,94	13,99	178,00	38,50р.
3.	Картофель отварной	150	2,93	5,06	17,39	126,80	30,00р.
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80	15,00р.
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.
	Всего:	580	17,25	20,51	85,74	549,50	
							107,00р.
ОБЕД							
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	60	0,71	1,92	5,33	47,64	17,00 Р
2.	Суп картофельный с бобовыми	200	4,40	4,21	12,00	118,60	23,00 Р
3.	Фрикадельки из кур	90	10,34	15,75	5,60	214,00	35,00 Р
4.	Макаронные отварные с овощами	150	0,57	5,51	24,36	149,31	19,00 Р
5.	Фруктовый чай (с абрикос)	200	0,60	0,40	10,40	61,80	10,00 Р
6.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
8.	Кисломолочный напиток (кефир 2,5%)	180	5,40	5,76	7,39	102,98	28,00 Р
	Всего:	960	26,64	34,29	100,10	864,44	
							137,50 Р
Полдник 2 смены (качественно)							
1.	Сырники со сметанным соусом 150/20	170	11,30	14,10	24,50	200,1	
2.	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,60	
	Всего:	370	14,09	17,29	44,21	318,70	

Директор МБОУ СОШ №

Зак. исполнитель ООО "Ваша сервисная компания"



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №

26.12.2024



МЕНЮ

Назначение в номер школы № 4

Дата: 26.12.2024

Возраст: _____

Возраст для заказа: 2

Возраст для заказа: 18

Возраст для заказа: 12 лет и старше

№ п/п	Продукты, наименование блюда	исход. в граммах	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Икра кабачковая	100	1,08	0,08	20,45	89,28	23,00 Р
2.	Зрелые рыбные рубленые	100	10,46	16,60	15,30	197,70	52,00 Р
3.	Картофель отварной	180	3,32	6,07	20,87	152,16	34,00 Р
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80	15,00р.
5.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00р.
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	23,30	133,94	3,00р.
	Всего:	680	22,48	23,64	120,47	738,72	133,00р.
ОБЕД							
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	100	1,18	3,20	8,88	69,13	26,00 Р
2.	Суп картофельный с бобовыми	220	6,00	7,30	27,50	201,50	25,00р.
3.	Фрикадельки из кур	100	11,48	17,50	6,22	237,77	40,00 Р
4.	Макаронные отварные с овощами	180	0,68	6,61	29,23	179,17	22,00 Р
5.	Фруктовый чай (с абрикос)	200	0,60	0,40	10,40	61,80	10,00р.
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	23,30	133,94	3,00 Р
7.	Хлеб ржаной	50	2,8	0,56	22,7	101,04	3,30р.
8.	Кисломолочный напиток (Кефир 2,5%)	200	6,00	6,40	8,21	114,40	30,00р.
	Всего:	1140	32,35	42,6	138,44	1098,74	
							156,30р.
Полдник 2 смены (качественно)							
1.	Сырники со сметанным соусом 150/20	170	11,30	14,10	24,50	200,1	
2.	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,60	
	Всего:	370	14,09	17,29	44,21	318,70	

Директор МБОУ СОШ №

Зак. исполнитель ООО "Ваша сервисная компания"



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №

26.12.2024

