

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 4
 14.08.2024 г.



МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4
 Дата: 14.08.2024
 День: _____
 Неделя: _____
 Номер дня недели: 8
 Возрастная категория: 7-11 лет

| № п/п | Пример пищи, наименование блюда | выход в граммах | Белки | Жиры | Углевод ы | Калорийно сть | цена |
|----------------|---|-----------------|--------------|--------------|---------------|------------------|-----------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 1. | Зеленый горошек консервированный | 60 | 3,40 | 2,50 | 7,70 | 66,90 | 12,00р. |
| 2. | Гуляш из говядины | 100 | 14,55 | 16,79 | 2,89 | 221,00 | 65,50р. |
| 3. | Каша рисовая с морковью | 150 | 2,90 | 5,40 | 27,20 | 209,00 | 15,00р. |
| 4. | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 62,00 | 10,00р. |
| 5. | Хлеб пшеничный | 40 | 2,38 | 0,29 | 16,86 | 89,30 | 2,50р. |
| 6. | Хлеб ржаной | 25 | 1,40 | 0,28 | 11,35 | 50,52 | 2,50р. |
| | Всего: | 575 | 24,93 | 25,26 | 81,2 | 698,72 | |
| | | | | | | | 107,50р. |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 1. | Салат из свеклы с огурцами солеными | 60 | 0,70 | 1,00 | 2,60 | 22,20 | |
| 2. | Суп-лапша домашняя | 200 | 2,05 | 4,43 | 9,30 | 92,60 | 15,00 Р |
| 3. | Котлеты мясо - картофельные по - хлыновски | 90 | 12,78 | 10,26 | 11,70 | 191,70 | 44,00 Р |
| 4. | Капуста тушеная | 150 | 3,75 | 6,90 | 16,05 | 141,00 | 15,00 Р |
| 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 | 10,00 Р |
| 7. | Хлеб ржаной | 20 | 1,12 | 0,22 | 9,08 | 40,42 | 2,50 Р |
| 8. | Яблоко свежее | 120 | 0,50 | 0,50 | 12,25 | 55,50 | |
| | Всего: | 880 | 23,95 | 23,70 | 109,85 | 764,20 | 10,00 Р |
| | | | | | | | 110,50 Р |
| 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 | 61,50 | |
| | Всего: | 420 | 5,83 | 8,77 | 44,95 | 314,19 | 50,00 Р |

Директор МБОУ СОШ № 4

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО**

