



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 4 *И.В.Васильев*
 "23" октября 2024 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4
 Дата: 23.10.2024
 День: _____
 Неделя: _____
 Номер дня недели: 2
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	высок в граммах	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийно сть
ЗАВТРАК						
1.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90
2.	Гуляш из говядины	100	14,55	16,79	2,89	221,00
3.	Каша рисовая с морковью	150	2,90	5,40	27,20	209,00
4.	Напиток из плодов шиповника	200	0,30	0,00	15,20	62,00
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52
	Всего:	575	24,93	25,26	81,2	698,72
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
3.	Котлеты мясо - картофельные по - хмельновски	90	12,78	10,26	11,70	191,70
4.	Капуста тушеная	150	3,75	6,90	16,05	141,00
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
7.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42
8.	Фрукты свежие (Яблоко кубанское)	120	0,50	0,50	12,25	55,50
	Всего:	880	23,95	23,70	109,85	764,20
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

Директор МБОУ СОШ № 4 *И.В.Васильев*

Зав. производством ООО "Ваша северная компания" *И.В.Васильев*