



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 4  
 03.09.2024 г.  
 2024 г.

## МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4  
 Дата 03.09.2024  
 День:  
 Недель:  
 Номер дня недели: 1  
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>						
1.	Пудинг из творога запеченый	160	13,20	13,92	21,20	241,88
2.	Сгущенное молоко	30	4,50	7,50	23,76	63,54
3.	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
4.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
5.	Кисломолочный напиток(Кефир 2,5%)	180	5,40	5,76	7,39	102,96
	Всего:	630	28,27	30,66	88,92	616,37
<b>ОБЕД</b>						
1.	Овощи по-сезону (огурец соленый/огурец свежий)	60	0,48	0,06	1,02	6,00
2.	Суп с крупой и томатом	200	1,10	4,79	4,88	67,03
3.	Пшонка натуральная рубленая	90	15,55	18,67	8,06	191,86
4.	Каша вязкая пшеница	150	4,94	7,89	32,18	219,00
5.	Фрукты свежие(яблоко кубанское)	120	1,80	1,80	25,20	115,20
6.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46
7.	Сыр порционный	30	7,8	7,98	0	103,02
8.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
9.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83
	Всего:	930	36,36	41,95	121,36	932,70
<b>ПОЛДНИК</b>						
1.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90
2.	Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40	2,93	6,40	21,30	92,3
3.	Омлет натуральный	160	14,86	20,48	2,81	308,96
4.	Компот из яблок	200	0,52	0,18	28,86	119,10
	Всего:	460	21,71	29,56	60,67	587,26

Директор МБОУ СОШ № 4  
 Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"