

**КОНТРОЛЬНОЕ  
БЛЮДО**





## МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4  
Дата 18.03.2025  
День:  
Неделя: 1  
Номер дня недели: 2  
Возрастная категория: 7-11 лет

| № п/п                     | Приним пищи, наименование блюда                | выход в граммах | Белки | Жиры  | Углевод м | Калори бность | цена     |
|---------------------------|------------------------------------------------|-----------------|-------|-------|-----------|---------------|----------|
| ЗАВТРАК                   |                                                |                 |       |       |           |               |          |
| 1.                        | Пудинг из творога запеченый                    | 160             | 24,10 | 8,50  | 33,06     | 305,06        | 60,00р.  |
| 2.                        | Сгущенное молоко                               | 30              | 4,50  | 7,50  | 23,76     | 63,54         | 20,00 Р  |
| 3.                        | Кофейный напиток с молоком                     | 200             | 2,79  | 3,19  | 19,71     | 118,69        | 20,00 Р  |
| 4.                        | Хлеб пшеничный                                 | 40              | 2,38  | 0,29  | 16,86     | 89,30         | 2,50 Р   |
| 5.                        | Кисломолочный напиток (кофир 2,5%)             | 180             | 5,40  | 5,76  | 7,39      | 102,96        | 28,00 Р  |
| Всего:                    |                                                | 610             | 39,17 | 25,24 | 100,78    | 679,55        | 130,50 Р |
| ОБЕД                      |                                                |                 |       |       |           |               |          |
| 1.                        | Овощи по-сезону (огурец свежий/огурец соленый) | 60              | 0,48  | 0,06  | 1,02      | 6,00          | 17,00р.  |
| 2.                        | Суп с крупой и томатом                         | 200             | 1,10  | 4,79  | 4,88      | 67,03         | 23,00р.  |
| 3.                        | Шницель натуральный рубленый                   | 90              | 15,55 | 18,67 | 8,06      | 191,86        | 40,00р.  |
| 4.                        | Каша вязкая пшенная                            | 150             | 4,94  | 7,89  | 32,18     | 219,00        | 20,00р.  |
| 5.                        | Фрукты свежие (яблоко кубанское)               | 120             | 1,80  | 1,80  | 25,20     | 115,20        | 15,00р.  |
| 6.                        | Чай черный с сахаром                           | 200             | 0,07  | 0,02  | 15,00     | 60,46         | 10,00 Р  |
| 7.                        | Сыр порциями                                   | 30              | 7,8   | 7,98  | 0         | 103,02        | 40,00 Р  |
| 8.                        | Хлеб пшеничный                                 | 40              | 2,38  | 0,29  | 16,86     | 89,30         | 2,50 Р   |
| 9.                        | Хлеб ржаной                                    | 40              | 2,24  | 0,45  | 18,16     | 80,83         | 3,00 Р   |
| Всего:                    |                                                | 930             | 36,36 | 41,95 | 121,36    | 932,70        | 170,50 Р |
| Полдник 2 смена (овз+нив) |                                                |                 |       |       |           |               |          |
| 1.                        | Омлет натуральный                              | 160             | 14,86 | 20,48 | 2,81      | 308,96        |          |
| 2.                        | Зеленый горошек консервированный               | 60              | 3,40  | 2,50  | 7,70      | 66,9          |          |
| 3.                        | Бутерброд с маслом сливочным 30/10             | 40              | 2,93  | 6,40  | 21,30     | 92,30         |          |
| 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"



## МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4  
Дата 18.03.2025  
День:  
Неделя: 1  
Номер дня недели: 2  
Возрастная категория: 12 лет и старше

| № п/п                     | Приним пищи, наименование блюда               | выход в граммах | Жиры  | Белки | Углевод м | Калори бность | цена     |
|---------------------------|-----------------------------------------------|-----------------|-------|-------|-----------|---------------|----------|
| ЗАВТРАК                   |                                               |                 |       |       |           |               |          |
| 1.                        | Пудинг из творога запеченый                   | 200             | 30,13 | 10,66 | 41,33     | 381,33        | 77,70 Р  |
| 2.                        | Сгущенное молоко                              | 30              | 4,50  | 7,50  | 23,76     | 63,54         | 20,00 Р  |
| 3.                        | Кофейный напиток с молоком                    | 200             | 2,79  | 3,19  | 19,71     | 118,69        | 20,00 Р  |
| 4.                        | Хлеб пшеничный                                | 50              | 2,98  | 0,36  | 21,08     | 111,62        | 2,70 Р   |
| 5.                        | Кисломолочный напиток (кофир 2,5%)            | 200             | 6,00  | 6,40  | 8,21      | 114,40        | 30,00 Р  |
| Всего:                    |                                               | 680             | 46,4  | 28,11 | 114,09    | 789,58        | 150,4    |
| ОБЕД                      |                                               |                 |       |       |           |               |          |
| 1.                        | Овощи по-сезону(огурец свежий/огурец соленый) | 100             | 0,80  | 0,10  | 1,70      | 10,00         | 20,00 Р  |
| 2.                        | Суп с крупой и томатом                        | 250             | 1,38  | 5,99  | 6,10      | 83,79         | 25,00 Р  |
| 3.                        | Шницель натуральный рубленый                  | 100             | 10,31 | 15,13 | 8,95      | 213,18        | 53,00 Р  |
| 4.                        | Каша вязкая пшенная                           | 180             | 5,93  | 9,47  | 38,62     | 262,80        | 22,00 Р  |
| 5.                        | Сыр порциями                                  | 30              | 7,80  | 7,98  | 0,00      | 103,02        | 26,00 Р  |
| 6.                        | Чай черный с сахаром                          | 200             | 0,07  | 0,02  | 15,00     | 60,46         | 10,00 Р  |
| 7.                        | Хлеб пшеничный                                | 60              | 3,58  | 0,43  | 25,30     | 133,94        | 3,00 Р   |
| 8.                        | Хлеб ржаной                                   | 40              | 2,24  | 0,45  | 18,16     | 80,83         | 3,00 Р   |
| Всего:                    |                                               | 960             | 32,10 | 39,57 | 113,82    | 948,02        | 162,00 Р |
| Полдник 2 смена (овз+нив) |                                               |                 |       |       |           |               |          |
| 1.                        | Омлет натуральный                             | 200             | 18,57 | 25,60 | 3,51      | 386,20        |          |
| 2.                        | Зеленый горошек консервированный              | 100             | 5,67  | 4,17  | 12,83     | 111,5         |          |
| 3.                        | Бутерброд с маслом сливочным 30/10            | 40              | 2,93  | 6,40  | 21,30     | 92,30         |          |
| 4.                        | Компот из яблок                               | 200             | 0,52  | 0,18  | 28,86     | 119,10        |          |
| Всего:                    |                                               | 540             | 27,69 | 36,35 | 66,5      | 709,10        |          |

Директор МБОУ СОШ № 4

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

