



МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4
 Дата 26.11.2024
 День: _____
 Недел: _____
 Номер дня недели: 2
 Возрастная категория: 8
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углевод	Калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Салат из белокачанной капусты	100	1,30	3,16	6,45	61,23	29,00 P
2.	Рагу из птицы	230	16,51	15,40	19,98	284,57	60,00 P
3.	Кисель из соев плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84	10,00 P
4.	Хлеб ржаной	60	3,36	0,67	27,24	121,25	3,50 P
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 P
6.	Кисломолочный напиток (кефир 2,5%)	200	6,00	6,40	8,21	114,40	30,00 P
	Всего:	830	29,86	25,92	118,14	829,58	
							135,00 P
ОБЕД							
1.	Овощи по-сезону (огурец соленый/огурец свежий)	100	0,80	0,10	1,70	10,00	20,00 P
2.	Борщ с капустой и картофелем	250	2,50	6,25	16,80	133,45	25,00 P
3.	Рыба, тушеная с овощами	140	13,70	1,97	5,74	103,00	58,00 P
4.	Ризотто с овощами	180	4,20	5,06	37,28	308,60	22,00 P
5.	Компот из яблок	200	0,52	0,18	28,86	119,10	10,00 P
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00 P
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 P
	Всего:	970	27,54	14,44	133,84	888,93	
							141,00 P
Полдник 2 смена (овз-нив)							
1.	Лапшевник с творогом	130	12,48	8,4	21,63	146,7	
2.	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80	
3.	Пирожок с повидлом	65	3,65	4,02	33,50	121,6	
	Всего:	395	17,13	12,42	75,33	353,10	

Директор МБОУ СОШ № _____

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4
 Дата 26.11.2024
 День: _____
 Недел: _____
 Номер дня недели: 2
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углевод	Калори	ность	цена
ЗАВТРАК								
1.	Салат из белокачанной капусты	60	0,78	1,90	3,87	36,24		17,00p.
2.	Рагу из птицы	175	12,56	11,72	15,20	216,52		55,00p.
3.	Кисель из соев плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84		10,00p.
4.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52		2,50p.
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30		2,50p.
6.	Кисломолочный напиток (Кефир 2,5%)	180	5,40	5,76	7,39	102,96		28,00 P
	Всего:	680	22,83	19,95	94,07	654,38		
								115,00p.
ОБЕД								
1.	Овощи по-сезону(огурец соленый/ огурец свежий)	60	0,48	0,06	1,02	6,00		17,00 P
2.	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,93	8,75	106,76		23,00 P
3.	Рыба, тушеная с овощами	120	11,71	1,97	5,74	88,28		50,00 P
4.	Ризотто с овощами	150	3,50	4,22	31,07	257,20		20,00 P
5.	Компот из яблок	200	0,52	0,18	28,86	119,10		10,00 P
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94		3,00 P
7.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42		2,00 P
	Всего:	810	22,35	11,016	109,816	751,7		
								125,00 P
Полдник 2 смена (овз-нив)								
1.	Лапшевник с творогом	110	10,56	7,11	18,3	124,1		
2.	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80		
3.	Пирожок с повидлом	65	3,65	4,02	33,50	121,6		
	Всего:	375	15,21	11,33	72	330,50		

Директор МБОУ СОШ № _____

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО**

