

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО**



МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4
 Дата: 24.04.2025
 День: _____
 Недель: _____
 Номер для недели: _____
 Возраст Возрастная категория: _____

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,27	53,57	19,00р.
2.	Эрсы рыбные рубленые	90	9,42	14,94	13,99	178,00	38,50р.
3.	Картофель отварной	150	2,93	5,06	17,39	126,80	30,00р.
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80	15,00р.
5.	Хлеб пшеничный	25	1,49	0,18	10,54	55,81	2,00р.
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р.
	Всего:	550	17,25	20,51	85,74	549,50	
ОБЕД							
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	60	0,71	1,92	5,33	47,64	17,00 Р
2.	Суп картофельный с бобовыми	200	4,40	4,21	12,00	118,60	23,00 Р
3.	Фрикадельки из кур	90	10,34	15,75	5,60	214,00	35,00 Р
4.	Макароны отварные с овощами	150	0,57	5,51	24,36	149,31	19,00 Р
5.	Фруктовый чай (с яблоком)	200	0,60	0,40	10,40	61,80	10,00 Р
6.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
8.	Кисломолочный напиток (кефир 2,5%)	180	5,40	5,76	7,39	102,96	28,00 Р
	Всего:	960	26,64	34,29	100,10	864,44	
Полдник 2 смена (овощи+мясо)							
1.	Сырники со сметанным соусом 150/20	170	11,30	14,10	24,50	200,1	
2.	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	
	Всего:	370	14,09	17,29	44,21	318,79	

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4
 Дата: 24.04.2025
 День: _____
 Недель: _____
 Номер для недели: _____
 Возрастная категория: _____

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Икра кабачковая	100	1,68	0,08	20,45	89,28	23,00 Р
2.	Эрсы рыбные рубленые	100	10,46	16,60	15,50	197,70	55,00 Р
3.	Картофель отварной	180	3,52	6,07	20,87	152,16	34,00 Р
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80	15,00р.
5.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00р.
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00р.
	Всего:	680	22,48	23,64	120,47	738,72	133,00р.
ОБЕД							
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	100	1,18	3,20	8,88	69,13	20,00 Р
2.	Суп картофельный с бобовыми	250	6,00	7,50	27,50	201,50	25,00р.
3.	Фрикадельки из кур	100	11,48	17,50	6,22	237,77	43,00 Р
4.	Макароны отварные с овощами	180	0,68	6,61	29,23	179,17	22,00 Р
5.	Фруктовый чай (с яблоком)	200	0,60	0,40	10,40	61,80	10,00р.
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00 Р
7.	Хлеб ржаной	50	2,8	0,56	22,7	101,04	3,30р.
8.	Кисломолочный напиток (Кофир 2,5%)	200	6,00	6,40	8,21	114,40	30,00р.
	Всего:	1140	32,32	42,6	138,44	1098,76	156,30р.
Полдник 2 смена (овощи+мясо)							
1.	Сырники со сметанным соусом 150/20	170	11,30	14,10	24,50	200,1	
2.	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	
	Всего:	370	14,09	17,29	44,21	318,79	

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"