

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО**



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 4
03 апреля 2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4
Дата: 03.04.2023
Дети:
Возраст: 1
Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
ЗАВТРАК							
1.	Икра кабачковая	60	1,91	8,93	12,27	53,57	19,00р
2.	Плов из отварной говядины	180	18,36	17,5	29,20	356,40	80,00р
3.	Фруктовый чай (с яблоком)	200	0,60	0,40	10,40	61,80	10,00р
4.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50р
5.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р
	Всего:	505	23,75	18,21	80,08	611,59	
							114,00р.
ОБЕД							
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	60	6,71	1,02	5,32	47,64	12,00р
2.	Рисотный	200	2,02	5,90	11,98	101,81	23,00р
3.	Голубцы с мясом	90	7,50	7,65	5,63	171,16	48,50р
4.	Каша вязкая (рисовая)	150	3,23	1,22	25,80	231,30	20,00р
5.	Фрукты свежие (яблоко кубанское)	120	6,50	0,50	12,25	55,50	15,00р
6.	Напиток из плодов шиповника	200	0,30	0,00	15,20	62,00	10,00р
7.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00р
8.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42	2,00р
	Всего:	990	18,96	19,95	110,57	844,51	
							138,50р.
Полдник 2 смены (позитив)							
1	Каша "Дружба" молочная	250	8,25	10,41	43,86	211,39	
2	Кефир 2,5%	190	6,00	6,40	8,21	114,40	
	Всего:	440	14,25	16,81	52,07	325,79	

Дир. Директор МБОУ СОШ № 4

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 4
03 апреля 2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4
Дата: 03.04.2023
Дети:
Возраст: 1
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
ЗАВТРАК							
1.	Икра кабачковая	100	1,68	0,08	20,45	89,28	23,00р
2.	Плов из отварной говядины	200	20,40	19,00	32,44	396,00	90,00р
3.	Фруктовый чай (с яблоком)	200	0,60	0,40	10,40	61,80	10,00р
4.	Хлеб пшеничный	50	2,98	0,36	21,08	111,62	2,70р
5.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00р
	Всего:	590	27,90	20,38	102,53	739,54	
							128,70р
ОБЕД							
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	100	1,18	3,20	8,88	69,13	20,00р
2.	Рисотный	250	2,53	6,25	14,98	127,26	25,00р
3.	Голубцы с мясом	160	8,33	8,30	6,26	190,40	52,00р
4.	Каша вязкая (рисовая)	180	5,38	10,98	31,08	257,20	22,00р
5.	Напиток из плодов шиповника	200	0,30	0,00	15,20	62,00	10,00р
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00р
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00р
8.	Фрукты свежие (яблоко кубанское)	120	6,50	0,50	12,25	55,50	15,00р
	Всего:	1050	24,24	30,31	132,10	976,27	
							150,00р
Полдник 2 смены (позитив)							
1	Каша "Дружба" молочная	250	8,25	10,41	43,86	211,39	
2	Кефир 2,5%	200	6,00	6,40	8,21	114,40	
	Всего:	450	14,25	16,81	52,07	325,79	

Директор МБОУ СОШ № 4

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"