

**КОНТРОЛЬНОЕ  
БЛЮДО**



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ СОШ № 4



# МЕНЮ

Назначено в номер кухни № 11  
Дата: 19.12.2024  
Полок: 1  
Номер дня недели: 4  
Возрастная категория: 7-11 лет

Продукты, наименование блюда	кол-во в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>					
Нерафинированное растительное масло	80	1,01	0,05	12,27	83,57
Пшеница из отрубей (пшеница)	180	18,36	17,19	29,20	376,40
Фруктовый чай (с абрикосом)	200	0,80	0,40	10,40	61,80
Хлеб пшеничный	40	2,38	0,20	16,88	89,30
Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,55	50,52
<b>Итого:</b>	<b>565</b>	<b>23,74</b>	<b>18,21</b>	<b>60,08</b>	<b>611,59</b>
<b>ОБЕД</b>					
Сметана "Ветковский" (абрикос, сметана, морковь)	60	8,71	1,82	3,23	47,64
Рисовая каша	200	2,02	5,00	11,98	101,81
Голубцы мясные	90	7,30	3,65	5,63	171,40
Каша овсяная (сметана)	150	3,23	4,22	25,80	231,80
Фрукты свежие (абрикос кубиком)	120	0,90	0,30	12,25	55,50
Пюре из сладкого картофеля	200	0,30	0,00	15,20	62,00
Хлеб пшеничный	60	3,58	0,42	25,30	133,94
Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42
<b>Итого:</b>	<b>900</b>	<b>18,96</b>	<b>19,95</b>	<b>110,57</b>	<b>844,51</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Каша "Дружба" молочная	250	8,25	10,41	43,80	211,30
Кофе 2,5% (с индивидуальной пропиткой)	200	6,00	6,40	8,21	114,40
<b>Итого:</b>	<b>450</b>	<b>14,25</b>	<b>16,81</b>	<b>52,07</b>	<b>325,70</b>

Директор МБОУ СОШ № 4

Зак. прикладывает ООО "Ваша сервисная компания"



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ СОШ № 4



# МЕНЮ

Назначено в номер кухни № 4  
Дата: 19.12.2024  
Полок: 1  
Номер дня недели: 4  
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Продукты, наименование блюда	кол-во в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
<b>ЗАВТРАК</b>							
1.	Нерафинированное растительное масло	100	1,08	0,08	20,45	89,28	23,00 P
2.	Пшеница из отрубей (пшеница)	200	20,40	19,09	32,44	396,00	90,00 P
3.	Фруктовый чай (с абрикосом)	200	0,80	0,40	10,40	61,80	10,00 P
4.	Хлеб пшеничный	50	2,98	0,36	21,08	111,62	2,70 P
5.	Хлеб ржаной	40	2,34	0,45	18,18	80,83	1,00 P
	<b>Итого:</b>	<b>690</b>	<b>27,90</b>	<b>20,38</b>	<b>102,53</b>	<b>739,54</b>	
<b>128,70 P</b>							
<b>ОБЕД</b>							
1.	Сметана "Ветковский" (абрикос, сметана, морковь)	100	1,18	1,20	8,88	69,13	20,00 P
2.	Рисовая каша	250	2,53	6,25	14,98	127,26	25,00 P
3.	Голубцы мясные	100	8,33	8,30	8,26	190,40	52,00 P
4.	Каша овсяная (сметана)	180	5,58	10,98	31,08	257,20	32,00 P
5.	Пюре из сладкого картофеля	200	0,30	0,00	15,20	62,00	10,00 P
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,42	25,30	133,94	3,00 P
7.	Хлеб ржаной	40	2,34	0,45	18,18	80,83	1,00 P
8.	Фрукты свежие (абрикос кубиком)	120	0,90	0,30	12,25	55,50	13,00 P
	<b>Итого:</b>	<b>1050</b>	<b>24,24</b>	<b>30,31</b>	<b>132,10</b>	<b>978,27</b>	
<b>150,00 P</b>							
<b>Полдник 1 смена (пшеница)</b>							
1.	Каша "Дружба" молочная	250	8,25	10,41	43,80	211,30	
2.	Кофе 2,5 %	200	6,00	6,40	8,21	114,40	
	<b>Итого:</b>	<b>450</b>	<b>14,25</b>	<b>16,81</b>	<b>52,07</b>	<b>325,70</b>	

Директор МБОУ СОШ № 4

Зак. прикладывает ООО "Ваша сервисная компания"

