



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 4
 19.11.2024 г.



МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4
 Дата: 19.11.2024
 День: _____
 Недел: _____
 Номер дни недели: 1
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углевод г	Калорийно сть
ЗАВТРАК						
1.	Пудинг из творога запеченый	160	13,20	13,92	21,20	241,88
2.	Сгущенное молоко	30	4,50	7,50	23,76	63,54
3.	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
4.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
5.	Кисломолочный напиток(Кефир 2,5%)	180	5,40	5,76	7,39	102,96
	Всего:	630	28,27	30,66	88,92	616,37
ОБЕД						
1.	Овощи по-сезону (огурец соленый/ огурец свежий)	60	0,48	0,06	1,02	6,00
2.	Суп с крупой и томатом	200	1,10	4,79	4,88	67,03
3.	Шницель натуральный рубленый	90	15,55	18,67	8,06	181,86
4.	Каша вязкая пшениная	150	4,94	7,89	32,18	219,00
5.	Фрукты свежие(яблоко кубанское)	120	1,80	1,80	25,20	115,20
6.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46
7.	Сыр порцианн	30	7,8	7,98	0	103,02
8.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
9.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83
	Всего:	930	36,36	41,95	121,36	932,70
ПОЛДНИК						
1.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90
2.	Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40	2,93	6,40	21,30	92,3
3.	Омлет натуральный	160	14,86	20,48	2,81	308,96
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"

