

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО**



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 4

09.04.2025 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4

Дата: 09.04.2025

День:

Номер:

Номер дня недели: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Пример меню, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийно сть	цена
ЗАВТРАК							
1.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90	20,00р.
2.	Гулдон из говядины	100	20,00	19,50	3,30	258,00	68,00р.
3.	Каша рисовая с морковью	150	2,90	5,40	27,20	209,00	20,00р.
4.	Напиток из шолоа шиповника	200	0,30	0,00	15,20	62,00	10,00р.
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50р.
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р.
	Всего:	575	30,38	27,97	81,61	735,72	123,00р.
ОБЕД							
1.	Салат из свеклы с огурцами соевыми	60	0,70	1,00	2,60	22,20	17,00 Р
2.	Суп-пюре домашняя	200	2,05	4,43	9,30	92,60	23,00 Р
3.	Котлеты мясо - картофельные по - хлыновски	90	12,78	10,26	11,70	191,70	43,00 Р
4.	Картофель тушеный	150	3,75	6,90	16,05	141,00	18,00 Р
5.	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49	10,00 Р
6.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
7.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42	2,00 Р
8.	Фрукты свежие (яблоно кубанское)	120	0,50	0,50	12,25	55,50	15,00 Р
	Всего:	890	23,98	23,70	109,86	764,20	130,50 Р
Полдник 2 смены (овсянка)							
1	Каша овсяная молочная (рисовая)	200	4,01	6,50	15,80	169,8	
2	Кондитерское изделие (печенье пром произ-ва)	20	1,69	2,25	13,95	82,89	
3	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	61,50	
	Всего:	420	5,83	8,77	44,95	314,19	

Директор МБОУ СОШ № 4

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 4

09.04.2025 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 4

Дата: 09.04.2025

День:

Номер:

Номер дня недели: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Пример меню, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углевод ы	Калорий ность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Зеленый горошек консервированный	150	3,67	1,17	13,85	111,50	28,90 Р
2.	Гулдон из говядины	150	24	23,4	3,96	309,6	75,00 Р
3.	Каша рисовая с морковью	180	3,48	6,48	32,64	220,79	22,00 Р
4.	Напиток из шолоа шиповника	200	0,30	0,00	15,30	62,00	10,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	23,30	133,94	3,00 Р
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	Всего:	700	39,26	34,927	108,089	918,666	141,90 Р
ОБЕД							
1.	Салат из свеклы с огурцами соевыми	100	1,17	1,67	4,33	37,00	20,00 Р
2.	Суп-пюре домашняя	250	2,57	5,54	11,62	115,75	25,00 Р
3.	Котлеты мясо - картофельные по - хлыновски	100	13,2	11,4	13,0	213,0	47,20 Р
4.	Картофель тушеный	180	4,50	8,28	19,20	163,20	22,00 Р
5.	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49	10,00 Р
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	23,30	133,94	3,00 Р
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	Всего:	930	28,91	27,86	125,68	881,22	130,20 Р
Полдник 2 смены (овсянка)							
1	Каша овсяная молочная (рисовая)	250	4,01	6,50	19,75	212,55	
2	Кондитерское изделие (печенье пром произ-ва)	25	2,80	3,75	20,03	159,58	
3	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	61,50	
	Всего:	475	7,04	11,32	64,98	433,63	

Директор МБОУ СОШ № 4

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"