

Зав. Производством:

Технолог:

Директор МАОУ СОШ № 4

МЕНЮ МАОУ СОШ № 4 г. Чайковский

9 день 25.05.2023г.

Меню обучающихся 7-11 лет:

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	148	Овощи свежие	20	2,2	0,1	0,02	0,4
	горячее блюдо	330	Плов из мяса	200	368	16,3	18,2	34,6
	напиток	465	Кофейный напиток с молоком	200	88	2,8	2,5	13,6
	хлеб	574	Хлеб ржаной	40	82,4	3,2	0,6	16
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6	3	0,3	19,7
ВСЕГО завтрак:				500	634,2	25,4	21,62	84,3
Обед	горячее блюдо	93	Борщ из свежей капусты	200	54,8	1	3,5	4,8
	горячее блюдо	330	Плов из мяса	240	441,6	19,6	21,9	41,6
	напиток	465	Кофейный напиток с молоком	180	79,2	2,5	2,3	12,2
	хлеб	574	Хлеб ржаной	40	82,4	3,2	0,6	16
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6	3	0,3	19,7
ИТОГО обед:				700	751,6	29,3	28,6	94,3

Меню обучающихся 12-18 лет:

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	148	Овощи свежие	20	2,2	0,1	0,02	0,4
	горячее блюдо	330	Плов из мяса	250	460	20,4	22,8	43,3
	напиток	465	Кофейный напиток с молоком	200	88	2,8	2,5	13,6
	фрукт	574	Хлеб ржаной	40	82,4	3,2	0,6	16
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6	3	0,3	19,7
ВСЕГО завтрак:				550	726,2	29,5	26,22	93
Обед	горячее блюдо	93	Борщ из свежей капусты	250	68,5	1,3	4,4	6
	горячее блюдо	330	Плов из мяса	270	496,8	22	24,6	46,8
	напиток	465	Кофейный напиток с молоком	200	88	2,8	2,5	13,6
	фрукт	574	Хлеб ржаной	40	82,4	3,2	0,6	16

	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6	3	0,3	19,7
ИТОГО обед:				800	829,3	32,3	32,4	102,1

Меню обучающихся ОВЗ 7-11 лет:

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	148	Овощи свежие	20	2,2	0,1	0,02	0,4
	горячее блюдо	330	Плов из мяса	200	368	16,3	18,2	34,6
	напиток	465	Кофейный напиток с молоком	200	88	2,8	2,5	13,6
	фрукт	574	Хлеб ржаной	40	82,4	3,2	0,6	16
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6	3	0,3	19,7
ВСЕГО завтрак:				500	634,2	25,4	21,62	84,3
Обед	горячее блюдо	93	Борщ из свежей капусты	200	54,8	1	3,5	4,8
	горячее блюдо	330	Плов из мяса	240	441,6	19,6	21,9	41,6
	напиток	465	Кофейный напиток с молоком	180	79,2	2,5	2,3	12,2
	фрукт	574	Хлеб ржаной	40	82,4	3,2	0,6	16
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6	3	0,3	19,7
ИТОГО обед:				700	751,6	29,3	28,6	94,3
Полдник	выпечка	540	Шанежка картофельная	100	301,7	9,7	9	45,5
	напиток	457	Чай с сахаром	200	38	0,2	0,1	9,3
ВСЕГО полдник:				300	339,7	9,9	9,1	54,8

Меню обучающихся ОВЗ 12-18 лет:

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	268	Омлет натуральный	230	368	19,8	30,1	5
	закуска	148	Овощи свежие	60	6,6	0,4	0,1	1,1
	напиток	462	Какао с молоком	200	94	3,3	2,9	13,8
	хлеб	69	Бутерброд с маслом	60	250,3	2,7	18,9	17,1
ВСЕГО завтрак:				550	718,9	26,2	52	37

Обед	горячее блюдо	93	Борщ из свежей капусты	250	68,5	1,3	4,4	6
	горячее блюдо	330	Плов из мяса	270	496,8	22	24,6	46,8
	напиток	465	Кофейный напиток с молоком	200	88	2,8	2,5	13,6
	фрукт	574	Хлеб ржаной	40	82,4	3,2	0,6	16
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6	3	0,3	19,7
ИТОГО обед:				800	829,3	32,3	32,4	102,1
Полдник	горячее блюдо	540	Шанежка картофельная	60	181	5,8	5,4	27,3
	закуска	пром.	Йогурт	90	51,1	0,5	3,2	8,7
	напиток	457	Чай с сахаром	200	38	0,2	0,1	9,3
ВСЕГО полдник:				350	270,1	6,5	8,7	45,3

Исп. Краюхина Л.В.