

# МЕНЮ МАОУ СОШ № 4 г. Чайковский

4 день 18.09.2025г.

### Меню обучающихся 7-11 лет:

#### 1 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
			0,01	0,5	19,6		
Завтрак	Жаркое по- домашнему с филе куриным Кофейный напиток с молоком	200	0,1	14,3 2,5	25,8 13,6	315 88	TTK 1
	Хлеб ржаной	15	1,2	0,2	6	30,9	574
	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,1	573
итого:		630	2,42	17,6	72,4	557	

#### 2 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
	Фрукт	200	0,01	0,5	19,6	88	пром.
	Овощи свежие	100	0,6	0,1	1,9	11	148
Обед	Жаркое по- домашнему с филе куриным Кофейный напиток с молоком	200	0,1	14,3 5	25,8 21,6	315 156,2	TTK 1
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,7	16	82,4	574
	Хлеб пшеничный	50	3,9	0,4	24,6	117	573
итого:		790	7,82	21	109,5	769,6	

# Меню обучающихся 12-18 лет:

### 1 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
	Фрукт	200	0,01	0,5	19,6	88	пром.
	Жаркое по- домашнему с филе куриным	200	0,1	14,3	25,8	315	TTK 1
	Овощи свежие	70	0,49	0,07	1,3	7,7	148
Завтрак	Кофейный напиток с						
	молоком	200	0,01	2,5	13,6	88	TTK 3
	Хлеб ржаной	15	1,2	0,2	6	30,9	574
	Хлеб	40		0.0	40.7	00.5	570
	пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,6	573
итого:	итого:		4,81	17,87	86	623,2	

2 смена

Прием пищи	Наименовани е блюда	Вес блюда , г	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическа я ценность	№ рецептур ы
	Фрукт	200	0,8	0,8	19,6	88	82
	Огурец свежий	100	0,7	0,1	1,9	11	148
Обед	Жаркое по- домашнему с филе	360	40.2	55.0	4674	1027.4	
	куриным	260	48,3	55,8	167,1	1037,1	утв.
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	8	41,2	574
	Хлеб						
	пшеничный	20	1,5	0,16	9,8	46,8	573
ИТОГО об	ед:	800	53,1	57,26	215,7	1262,1	

# Меню обучающихся ОВЗ 7-11 лет:

# 1 смена

Прием пищи	Наименовани е блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическ ая ценность	№ рецептуры
	Каша манная			_			
3	молочная	250	7,6	8	38,1	254,9	230
Завтра	Чай с						
к	молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460
	Бутерброд с						
	маслом	50	2,4	14,8	15	202	70
ИТОГО зая	зтрак:	500	11,6	24,1	64,6	520,9	
	Фрукт	200	0,8	0,8	19,6	88	82
	Огурец						
	свежий	60	0,4	0,1	1,1	6,6	148
	Жаркое по-						
	домашнему						
Обед	с филе						
	куриным	240	26,1	51,5	135,8	865	утв.
	Чай с сахаром	180	0,2	0,1	8,4	34,2	457
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	8	41,2	574
	Хлеб						
	пшеничный	20	1,5	0,16	9,8	46,8	573
итого об	ед:	720	30,6	52,96	182,7	1081,8	

2 сменя

2 смена							
Прием пищи	Наименован ие блюда	Вес блюда, г	Белки	Жир	Углевод ы	Энергетическ ая ценность	№ рецептуры
	Фрукт	200	0,8	0,8	19,6	88	82
	Огурец свежий	60	0,4	0,1	1,1	6,6	148
Обед	Жаркое подомашнему с филе куриным	240	26,1	51,5	135,8	865	утв.
	Чай с				-		
	сахаром	180	0,2	0,1	8,4	34,2	457
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	8	41,2	574
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,16	9,8	46,8	573
итого обе,	д:	720	30,6	52,96	182,7	1081,8	
Полдни к	Пирожок печеный с капустой	100	8,2	6,6	50	292,2	533
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462
ИТОГО пол	дник:	300	11,5	9,5	63,8	386,2	

# Меню обучающихся ОВЗ 12-18 лет:

### 1 смена

Прием	Наименовани	Bec		Жир	Углевод	Энергетическа	№ рецептуры
пищи	е блюда	блюда, г	Белки	ы	Ы	я ценность	из рецептуры
	Каша манная						
	молочная	250	7,6	8	38,1	254,9	230
Завтра	Чай с						
•	молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460
К	Пряник	50	0,2	0,03	86	49,2	пром.
	Бутерброд с						
	маслом	50	2,4	14,8	15	202	70
ИТОГО зав	трак:	550	11,8	24,13	150,6	570,1	
	Фрукт	200	0,8	0,8	19,6	88	82
	Огурец						
	свежий	100	0,7	0,1	1,9	11	148
	Жаркое по-						
	домашнему с						
Обед	филе						
	куриным	260	48,3	55,8	167,1	1052	утв.
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	8	41,2	574
	Хлеб						
	пшеничный	20	1,5	0,16	9,8	46,8	573
ИТОГО обе	ед:	800	53,1	57,26	215,7	1277	

#### 2 смена

2 смена			ı				ı
Прием	Наименование	Вес блюда,				Энергетическая	Nº
пищи	блюда	г г	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры
	Фрукт	200	0,8	0,8	19,6	88	82
	Огурец свежий	100	0,7	0,1	1,9	11	148
Обед	Жаркое по- домашнему с филе						
ООЕД	куриным	260	48,3	55,8	167,1	1052	утв.
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	8	41,2	574
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,16	9,8	46,8	573
ИТОГО обед	:	800	53,1	57,26	215,7	1277	
Полдник	Пирожок печеный с капустой	60	4,9	4	30	175,3	533
	Йогурт	90	0,5	3,2	8,7	51,1	пром.
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462
ИТОГО полд	ник:	350	8,7	10,1	52,5	320,4	