



Зав. производством

и.о. директора МАОУ СОШ № 4



МЕНЮ
обучающихся 7-11 лет
МАОУ СОШ № 4 г. Чайковский
1 день 1 смена

Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры
Завтрак	закуска	Салат «Летняя радуга» (помидоры, огурцы, лук, масло)	70	0,7	4,27	2,45	51,1	18/2021
	гор.блюдо	Биточки из птицы припущенные	67	12,44	14,8	6,67	209,35	372/2021
	гор.блюдо	Макаронные изделия отварные	100	3,5	1	25,8	130	256/2021
	напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457/2021
	хлеб	Хлеб ржаной	45	3,6	0,7	18,1	92,7	574/2021
	хлеб	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,6	573/2021
	итого		522	23,44	21,17	82,02	614,75	



Зав. производством

и.о.директора МАОУ СОШ № 4



МЕНЮ
обучающихся 7-11 лет
МАОУ СОШ № 4 г. Чайковский
1 день 2 смена

Обед	1 блюдо	Суп-лапша по домашнему	200	8	4,5	20	150	128/2021
	2 блюдо	Биточки из птицы припущенные	90	18	16,2	9,6	255	372/2021
	гарнир	Макаронные изделия отварные	150	5,3	1,5	38,8	195	256/2021
	напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457/2021
	хлеб	Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,1	82,4	574/2021
	хлеб	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,6	573/2021
	итого		720	37,7	23,2	113,5	814	



Зав. производством

и.о. директора МАОУ СОШ № 4



МЕНЮ
обучающихся 12-18 лет
МАОУ СОШ № 4 г. Чайковский
1 день 1 смена

Блюдо	Вес (г)	Белк и (г)	Жир ы (г)	Углево ды (г)	Калор ии (ккал)	№
Салат «Летняя радуга» (помидоры, огурцы, лук, масло)	70	0,7	4,27	2,45	51,1	18/2021
Биточки из птицы припущенные	62	12,4	11,2	6,6	176,3	372/2021
Масло сливочное	5	0,04	3,6	0,07	33,05	79/2021
Макаронные изделия отварные	150	5,25	1,5	38,7	195	256/2021
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457/2021
Хлеб ржаной	45	3,6	0,7	18,1	92,7	574/2021
Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,6	573/2021
ИТОГО	572	25,2	21,7	94,9	679,8	



Зав. производством

и.о. директора МАОУ СОШ № 4



МЕНЮ
обучающихся 12-18 лет
МАОУ СОШ № 4 г. Чайковский
1 день 2 смена

Блюдо	Вес (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории (ккал)	№ ТК
Суп -лапша по домашнему	250	8	4,5	20	150	128/2021
Биточки из птицы припущенные	100	20	18	10,6	283	372/2021
Макаронные изделия отварные	180	6,3	1,8	46,4	234	256/2021
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457/2021
Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,1	82,4	574/2021
Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,6	573/2021
ИТОГО	810	40,7	25,3	122,1	881	