**Зав. производством** **и.о. директора МАОУ СОШ № 4**

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

| № | Блюдо | Вес (г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Калории (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **307/2021** | Рыбные палочки (филе минтая) | 110 | 17,7 | 4,4 | 4,6 | 129 |
| 377/2021 | Пюре картофельное | 150 | 4,1 | 6 | 8,7 | 105 |
| 462/2021 | Какао с молоком | 200 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94 |
| 574/2021 | Хлеб ржаной | 25 | 2 | 0,4 | 10 | 51,5 |
| 573/2021 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 58,5 |
| 82/2021 | Фрукты свежие (яблоко/груша) | 100 | 0,005 | 0,25 | 9,8 | 44 |
| | **ИТОГО** | **610** | **29** | **14,1** | **58,2** | **482** |

**Зав. производством** **и.о.директора МАОУ СОШ № 4**

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

| № | Блюдо | Вес (г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Калории (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 120/2021 | Уха рыбацкая | 210 | 10,5 | 3,7 | 12,6 | 126 |
| 307/2021 | Рыбные палочки (филе минтая) | 90 | 14,5 | 3,6 | 3,8 | 105,5 |
| 377/2021 | Пюре картофельное | 150 | 4,1 | 6 | 8,7 | 105 |
| 462/2021 | Какао с молоком | 200 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94 |
| 574/2021 | Хлеб ржаной | 25 | 2 | 0,4 | 10 | 51,5 |
| 573/2021 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 58,5 |
| | ИТОГО | 700 | 36,3 | 16,8 | 61,2 | 540,5 |

**Зав. производством** **и.о. директора МАОУ СОШ № 4**

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

| № | Блюдо | Вес (г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Калории (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **307/2021** | Рыбные палочки (филе минтая) | 110 | 17,7 | 4,4 | 4,6 | 129 |
| 377/2021 | Пюре картофельное | 170 | 4,6 | 6,8 | 9,9 | 119 |
| 462/2021 | Какао с молоком | 200 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94 |
| 574/2021 | Хлеб ржаной | 25 | 2 | 0,4 | 10 | 51,5 |
| 573/2021 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 58,5 |
| 82/2021 | Фрукты свежие (яблоко/груша) | 100 | 0,003 | 0,15 | 5,9 | 44 |
| | ИТОГО | 595 | 29,5 | 18,5 | 56,6 | 511,5 |

**Зав. производством** **и.о. директора МАОУ СОШ № 4**

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

| № | Блюдо | Вес (г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Калории (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 120/2021 | **Уха рыбацкая** | 250 | 12,5 | 4,4 | 15 | 150 |
| 307/2021 | Рыбные палочки (филе минтая) | 100 | 16,1 | 4 | 4,2 | 117,2 |
| 377/2021 | Пюре картофельное | **180** | 4,9 | 7,2 | 10,4 | 126 |
| 462/2021 | Какао с молоком | 200 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94 |
| 574/2021 | Хлеб ржаной | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,1 | 82,4 |
| 573/2021 | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,6 |
| | **ИТОГО** | **810** | **43** | **19,4** | **79,2** | **663,2** |