

Утверждаю

В. В. Рогов
 Рогов
 МКО
 СОШ №4

МЕНЮ 19.06. 2025 г

7-12 лет

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОЛАДЬИ С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20		16,62	15,70	73,71	503,45
КИСЕЛЬ	200		0,10	0,10	27,90	113,00
ЯБЛОКО	120		0,42	0,42	10,35	49,63
			17,14	16,22	111,96	666,08
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60		0,48	0,06	1,50	8,37
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200		2,08	2,29	14,12	85,52
КНЕЛИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ- ЦЫПЛЯТ С РИСОМ	90		0,72	12,36	5,41	135,77
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5		6,72	4,77	39,56	227,76
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		1,99	0,26	12,72	61,19
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,20	0,10	15,00	60,00
			14,48	20,03	103,36	649,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ.			31,62	36,25	215,32	1 315,74



Утверждаю

Н. А. директор
Н. С. Подорова
СОШ №4

МЕНЮ 19.06. 2025 г

12 лет и старше

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОЛАДЫ С ТВОРОГОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200/30		18,99	17,93	86,63	584,85
КИСЕЛЬ	200		0,10	0,10	27,90	113,00
ЯБЛОКО	120		0,42	0,42	10,35	49,63
			19,51	18,45	124,88	747,48
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100		0,80	0,10	2,49	13,94
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250		2,60	2,84	17,67	106,92
КНЕЛИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ- ЦЫПЛЯТ С РИСОМ	100		18,11	17,78	6,76	259,76
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/5		7,75	4,88	45,62	257,12
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60		3,97	0,53	25,43	122,38
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,00	0,00	14,52	58,05
			36,28	26,38	132,56	912,90
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,79	44,83	257,44	1 660,38

