

МЕНЮ
МАОУ СОШ № 4 г. Чайковский
 8 день 25.12.2024г.

Меню обучающихся 7-11 лет:

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность |
|-----------------------|---------------|--------|--|------------|---------------|
| Завтрак | закуска | 148 | Овощи свежие | 70 | 7,7 |
| | горячее блюда | 350 | Тефтели "Ежики" | 60 | 154,4 |
| | горячее блюда | 256 | Макаронные изделия отварные | 150 | 123 |
| | напиток | 497 | Напиток клюквенный | 200 | 41 |
| | хлеб | 574 | Хлеб ржаной | 30 | 70,2 |
| | хлеб | 573 | Хлеб пшеничный | 30 | 70,2 |
| ИТОГО завтрак: | | | | 540 | 446,5 |
| Обед | горячее блюда | 95 | Борщ с капустой, картофелем, со сметаной | 200 | 134,64 |
| | горячее блюда | 350 | Тефтели "Ежики" | 60 | 154,4 |
| | горячее блюда | 256 | Макаронные изделия отварные | 150 | 123 |
| | напиток | 497 | Напиток клюквенный | 200 | 41 |
| | хлеб | 574 | Хлеб ржаной с сыром | 30 | 70,2 |
| | хлеб | 573 | Хлеб пшеничный | 30 | 70,2 |
| ИТОГО обед: | | | | 670 | 593,44 |

Меню обучающихся 12-18 лет:

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность |
|-----------------------|---------------|--------|--|------------|--------------|
| Завтрак | закуска | 148 | Овощи свежие | 70 | 7,7 |
| | горячее блюдо | 350 | Тефтели "Ежики" | 60 | 154,4 |
| | горячее блюдо | 256 | Макаронные изделия отварные | 150 | 123 |
| | напиток | 497 | Напиток клюквенный | 200 | 41 |
| | хлеб | 574 | Хлеб ржаной с сыром | 30 | 70,2 |
| | хлеб | 573 | Хлеб пшеничный | 30 | 70,2 |
| ИТОГО завтрак: | | | | 540 | 466,5 |
| Обед | горячее блюдо | 95 | Борщ с капустой, картофелем, со сметаной | 250 | 168,3 |
| | горячее блюдо | 350 | Тефтели "Ежики" | 60 | 154,4 |
| | горячее блюдо | 256 | Макаронные изделия отварные | 150 | 123 |
| | напиток | 497 | Напиток клюквенный | 200 | 41 |
| | хлеб | 574 | Хлеб ржаной с сыром | 40 | 97,6 |
| | хлеб | 573 | Хлеб пшеничный | 30 | 70,2 |
| ИТОГО обед: | | | | 730 | 654,5 |

Меню обучающихся ОВЗ 7-11 лет:

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность |
|-------------------------|--------------------------|--------|--|------------|---------------|
| 1 завтрак | горячее блюдо | 526 | Оладьи с повидлом | 100/30 | 145,30 |
| | напиток | 457 | Чай с сахаром | 200 | 38 |
| ИТОГО 1 завтрак: | | | | 330 | 266,90 |
| 2 завтрак | закуска | 148 | Овощи свежие | 70 | 7,7 |
| | горячее блюдо | 350 | Тефтели "Ежики" | 60 | 154,4 |
| | горячее блюдо напиток | 256 | Макаронные изделия отварные | 150 | 123 |
| | | 497 | Напиток клюквенный | 200 | 41 |
| | хлеб | 574 | Хлеб ржаной | 30 | 70,2 |
| | хлеб | 573 | Хлеб пшеничный | 30 | 70,2 |
| ИТОГО 2 завтрак: | | | | 540 | |
| Обед | горячее блюдо | 95 | Борщ с капустой, картофелем, со сметаной | 200 | 134,64 |
| | горячее блюдо | 350 | Тефтели "Ежики" | 60 | 154,4 |
| | горячее блюдо | 256 | Макаронные изделия отварные | 150 | 123 |
| | напиток | 497 | Напиток клюквенный | 200 | 41 |
| | хлеб | 574 | Хлеб ржаной с сыром | 30 | 70,2 |
| | хлеб | 573 | Хлеб пшеничный | 30 | 70,2 |
| ИТОГО обед: | | | | 660 | 602,00 |

Меню обучающихся ОВЗ 12-18 лет:

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность |
|-------------------------|---------------|--------|--|------------|---------------|
| 1 завтрак | горячее блюдо | 526 | Оладьи с повидлом | 100/30 | 145,30 |
| | напиток | 457 | Чай с сахаром | 200 | 64,80 |
| ИТОГО 1 завтрак: | | | | 330 | 293,70 |
| 2 завтрак | горячее блюдо | 148 | Овощи свежие | 70 | 7,7 |
| | горячее блюдо | 350 | Тефтели "Ежики" | 60 | 154,4 |
| | горячее блюдо | 256 | Макаронные изделия отварные | 150 | 123 |
| | напиток | 497 | Напиток клюквенный | 200 | 41 |
| | хлеб | 574 | Хлеб ржаной с сыром | 30 | 70,2 |
| | хлеб | 573 | Хлеб пшеничный | 30 | 70,2 |
| ИТОГО 2 завтрак: | | | | 540 | 466,5 |
| Обед | горячее блюдо | 95 | Борщ с капустой, картофелем, со сметаной | 250 | 168,3 |
| | горячее блюдо | 350 | Тефтели "Ежики" | 60 | 154,4 |
| | горячее блюдо | 256 | Макаронные изделия отварные | 150 | 123 |
| | напиток | 497 | Напиток клюквенный | 200 | 41 |
| | хлеб | 574 | Хлеб ржаной с сыром | 40 | 97,6 |
| | хлеб | 573 | Хлеб пшеничный | 30 | 70,2 |
| ИТОГО обед: | | | | 730 | 654,5 |