

МЕНЮ
МАОУ СОШ № 4 г. Чайковский
 9 день 14.09.2023г.

Меню обучающихся 7-11 лет:

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность
Завтрак	закуска	148	Овощи свежие	100	11
	горячее блюда	330	Плов из мяса	200	441,6
	напиток	ТТК 3	Кофейный напиток с молоком	200	88
	хлеб	574	Хлеб ржаной	40	82,4
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6
ИТОГО завтрак:				580	716,6
Обед	горячее блюда	93/433	Борщ из свежей капусты со сметаной	200	92,1
	горячее блюда	330	Плов из мяса	240	441,6
	напиток	ТТК 3	Кофейный напиток с молоком	200	88
	хлеб	574	Хлеб ржаной	40	82,4
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6
ИТОГО обед:				720	797,7

Меню обучающихся 12-18 лет:

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность
Завтрак	закуска	148	Овощи свежие	100	11
	горячее блюдо	330	Плов из мяса	250	460
	напиток	ТТК 3	Кофейный напиток с молоком	200	88
	хлеб	574	Хлеб ржаной	15	30,9
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6
ИТОГО завтрак:				605	683,5
Обед	горячее блюдо	93	Борщ из свежей капусты	250	115,1
	горячее блюдо	330	Плов из мяса	270	496,8
	напиток	465	Кофейный напиток с молоком	200	88
	хлеб	574	Хлеб ржаной	40	82,4
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6
ИТОГО обед:				800	875,9

Меню обучающихся ОВЗ 7-11 лет:

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность
1 завтрак	горячее блюдо	550	Манник с молоком сгущенным	100/30	136,50
	напиток	457	Чай с сахаром	200	38
ИТОГО 1 завтрак:					<u>174,50</u>
2 завтрак	закуска	148	Овощи свежие	100	11
	горячее блюдо	330	Плов из мяса	200	441,6
	напиток	ТТК 3	Кофейный напиток с молоком	200	88
	хлеб	574	Хлеб ржаной	40	82,4
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6
ИТОГО 2 завтрак:				580	716,6
Обед	горячее блюдо	93/433	Борщ из свежей капусты со сметаной	200	92,1
	горячее блюдо	330	Плов из мяса	240	441,6
	напиток	ТТК 3	Кофейный напиток с молоком	200	88
	хлеб	574	Хлеб ржаной	40	82,4
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6
ИТОГО обед:				720	797,7

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
	хлеб	пром.	Йогурт	95	83,60
ИТОГО 1 завтрак:					<u>293,70</u>
2 завтрак	горячее блюдо	148	Овощи свежие	70	7,7
	горячее блюдо	356	Печень по-строгановски	80	154,4
	горячее блюдо	256	Макаронные изделия отварные	150	184,5
	напиток	497	Напиток клюквенный	200	41
	хлеб	574	Хлеб ржаной с сыром	40	97,6
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	70,2
ИТОГО 2 завтрак:				570	555,4
Обед	горячее блюдо	116	Суп из овощей	250	120,6
	горячее блюдо	356	Печень по-строгановски	100	193
	горячее блюдо	256	Макаронные изделия отварные	180	221,4
	напиток	497	Напиток клюквенный	200	41
	хлеб	574	Хлеб ржаной с сыром	40	97,6
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	70,2
ИТОГО обед:				800	743,8