

МЕНЮ
МАОУ СОШ № 4 г. Чайковский
 7 день 24.10.2023г.

Меню обучающихся 7-11 лет:

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность |
|-----------------------|---------------|--------|-----------------------|------------|--------------|
| Завтрак | горячее блюдо | 307 | Котлета рыбная | 70 | 74 |
| | горячее блюдо | 377 | Пюре картофельное | 150 | 105 |
| | напиток | 495 | Компот из сухофруктов | 200 | 84 |
| | фрукт | 82 | Фрукт | 200 | 88 |
| | хлеб | 574 | Хлеб ржаной | 30 | 61,8 |
| | хлеб | 573 | Хлеб пшеничный | 30 | 70,2 |
| ИТОГО завтрак: | | | | 680 | 483 |
| Обед | горячее блюдо | 307 | Котлета рыбная | 100 | 105,7 |
| | горячее блюдо | 377 | Пюре картофельное | 150 | 105 |
| | напиток | 495 | Компот из сухофруктов | 180 | 75,6 |
| | фрукт | пром. | Фрукт | 200 | 88 |
| | хлеб | 574 | Хлеб ржаной | 40 | 82,4 |
| | хлеб | 573 | Хлеб пшеничный | 40 | 93,6 |
| ИТОГО обед: | | | | 710 | 550,3 |

Меню обучающихся 12-18 лет:

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность |
|-----------------------|---------------|--------|-------------------------|------------|--------------|
| Завтрак | горячее блюдо | 307 | Котлета рыбная | 70 | 74 |
| | горячее блюдо | 377 | Пюре картофельное | 200 | 140 |
| | напиток | 495 | Компот из сухофруктов | 200 | 84 |
| | фрукт | 82 | Фрукт | 200 | 88 |
| | хлеб | 574 | Хлеб ржаной | 30 | 61,8 |
| | хлеб | 573 | Хлеб пшеничный | 30 | 70,2 |
| ИТОГО завтрак: | | | | 730 | 518 |
| Обед | горячее блюдо | 307 | Котлета рыбная с маслом | 110 | 116,3 |
| | горячее блюдо | 377 | Пюре картофельное | 200 | 140 |
| | напиток | 495 | Компот из сухофруктов | 200 | 84 |
| | фрукт | 82 | Фрукт | 200 | 88 |
| | хлеб | 574 | Хлеб ржаной | 45 | 92,7 |
| | хлеб | 573 | Хлеб пшеничный | 45 | 105,3 |
| ИТОГО обед: | | | | 800 | 626,3 |

Меню обучающихся ОВЗ 7-11 лет:

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность |
|------------------|---------------|--------|----------------------------------|------------|----------------------|
| 1 завтрак | горячее блюдо | 223 | Каша молочная пшеничная с маслом | 205 | 112,60 |
| | напиток | 457 | Чай с сахаром | 200 | 73,60 |
| | хлеб | 63 | Батон с сыром | 15/35 | 89,90 |
| ИТОГО 1 завтрак: | | | | 405 | <u>276,10</u> |
| 2 завтрак | горячее блюдо | 307 | Котлета рыбная | 70 | 74 |
| | горячее блюдо | 377 | Пюре картофельное | 150 | 105 |
| | напиток | 495 | Компот из сухофруктов | 200 | 84 |
| | фрукт | пром. | Фрукт | 200 | 88 |
| | хлеб | 574 | Хлеб ржаной | 30 | 61,8 |
| | хлеб | 573 | Хлеб пшеничный | 30 | 70,2 |
| ИТОГО 2 завтрак: | | | | 680 | 483 |
| Обед | горячее блюдо | 307 | Котлета рыбная | 100 | 155,7 |
| | горячее блюдо | 377 | Пюре картофельное | 150 | 105 |
| | напиток | 495 | Компот из сухофруктов | 180 | 75,6 |
| | фрукт | пром. | Фрукт | 200 | 88 |
| | хлеб | 574 | Хлеб ржаной | 40 | 82,4 |
| | хлеб | 573 | Хлеб пшеничный | 40 | 93,6 |
| ИТОГО обед: | | | | 710 | 600,3 |
| Полдник | горячее блюда | 223 | Каша молочная пшеничная с маслом | 205 | 112,60 |
| | напиток | 457 | Чай с сахаром | 200 | 73,60 |
| | хлеб | 63 | Батон с сыром | 15/35 | 89,90 |
| Итого полдник: | | | | 270 | <u>276,10</u> |

Меню обучающихся ОВЗ 12-18 лет:

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность |
|------------------|---------------|--------|----------------------------------|------------|----------------------|
| 1 завтрак | горячее блюдо | 223 | Каша молочная пшеничная с маслом | 200/5 | 112,60 |
| | напиток | 457 | Чай с сахаром | 200 | 78,40 |
| | хлеб | 63 | Батон с сыром | 15/35 | 89,90 |
| ИТОГО завтрак: | | | | 455 | <u>280,90</u> |
| 2 завтрак | горячее блюдо | 307 | Котлета рыбная | 70 | 74 |
| | горячее блюдо | 377 | Пюре картофельное | 200 | 140 |
| | напиток | 495 | Компот из сухофруктов | 200 | 84 |
| | фрукт | 82 | Фрукт | 200 | 88 |
| | хлеб | 574 | Хлеб ржаной | 30 | 61,8 |
| | хлеб | 573 | Хлеб пшеничный | 30 | 70,2 |
| ИТОГО завтрак: | | | | 730 | 518 |
| Обед | горячее блюдо | 307 | Котлета рыбная с маслом | 110 | 116,3 |
| | горячее блюдо | 377 | Пюре картофельное | 200 | 140 |
| | напиток | 495 | Компот из сухофруктов | 200 | 84 |
| | фрукт | 82 | Фрукт | 200 | 88 |
| | хлеб | 574 | Хлеб ржаной | 45 | 92,7 |
| | хлеб | 573 | Хлеб пшеничный | 45 | 105,3 |
| ИТОГО обед: | | | | 800 | 626,3 |
| Полдник | горячее блюдо | 223 | Каша молочная пшеничная с маслом | 200/5 | 112,60 |
| | напиток | 457 | Чай с сахаром | 200 | 78,40 |
| | хлеб | 63 | Батон с сыром | 15/35 | 89,90 |
| ИТОГО завтрак: | | | | 455 | <u>280,90</u> |

Исп. Краюхина Л.В.