

**МЕНЮ**  
**МАОУ СОШ № 4 г. Чайковский**  
 5 день 08.03.2024г.

**Меню обучающихся 7-11 лет:**

| Прием пищи            | Раздел        | № рец. | Блюдо                        | Выход, г   | Калорийность  |
|-----------------------|---------------|--------|------------------------------|------------|---------------|
| <b>Завтрак</b>        | закуска       | 148    | Овощи свежие                 | 70         | 7,7           |
|                       | горячее блюда | ТТК 2  | Рулет мясной с яйцом         | 65         | 124,8         |
|                       | горячее блюда | 206    | Каша пшенная                 | 100        | 152,4         |
|                       | напиток       | 459    | Чай с сахаром, лимоном       | 200        | 40            |
|                       | хлеб          | 574    | Хлеб ржаной с сыром          | 30         | 77            |
| <b>ИТОГО завтрак:</b> |               |        |                              | <b>500</b> | <b>483,8</b>  |
| <b>Обед</b>           | горячее блюда | 98     | Свекольник со сметаной       | 200        | 131,90        |
|                       | горячее блюда | 345    | Рулет мясной с яйцом, маслом | 90         | 172,8         |
|                       | горячее блюда | 206    | Каша пшенная                 | 150        | 228,6         |
|                       | напиток       | 459    | Чай с сахаром, лимоном       | 200        | 40            |
|                       | хлеб          | 574    | Хлеб ржаной с сыром          | 40         | 97,6          |
|                       | хлеб          | 573    | Хлеб пшеничный               | 40         | 93,6          |
| <b>ИТОГО обед:</b>    |               |        |                              | <b>720</b> | <b>764,50</b> |

**Меню обучающихся 12-18 лет:**

| Прием пищи            | Раздел        | № рец. | Блюдо                        | Выход, г   | Калорийность |
|-----------------------|---------------|--------|------------------------------|------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>        | закуска       | 148    | Овощи свежие                 | 70         | 7,7          |
|                       | горячее блюдо | ТТК 2  | Рулет мясной с яйцом         | 65         | 124,8        |
|                       | горячее блюдо | 206    | Каша пшенная                 | 150        | 228,6        |
|                       | напиток       | 459    | Чай с сахаром, лимоном       | 200        | 40           |
|                       | хлеб          | 574    | Хлеб ржаной с сыром          | 30         | 77           |
|                       | хлеб          | 573    | Хлеб пшеничный               | 35         | 81,9         |
| <b>ИТОГО завтрак:</b> |               |        |                              | <b>550</b> | <b>560</b>   |
| <b>Обед</b>           | горячее блюдо | 345    | Рулет мясной с яйцом, маслом | 100        | 192          |
|                       | горячее блюдо | 206    | Каша пшенная                 | 180        | 274,3        |
|                       | напиток       | 459    | Чай с сахаром, лимоном       | 200        | 40           |
|                       | горячее блюдо | 98     | Свекольник со сметаной       | 250        | 139,9        |
|                       | хлеб          | 574    | Хлеб ржаной с сром           | 45         | 108          |
|                       | хлеб          | 573    | Хлеб пшеничный               | 35         | 81,9         |
| <b>ИТОГО обед:</b>    |               |        |                              | <b>810</b> | <b>836,1</b> |

**Меню обучающихся ОВЗ 7-11 лет:**

| Прием пищи              | Раздел        | № рец. | Блюдо                        | Выход, г   | Калорийность  |
|-------------------------|---------------|--------|------------------------------|------------|---------------|
| <b>1 завтрак</b>        | горячее блюда | 550    | Манник с повидлом            | 130        | 198,70        |
|                         | напиток       | 465    | Кофейный напиток с молоком   | 200        | 88            |
| <b>ИТОГО 1 завтрак:</b> |               |        |                              | <b>330</b> | <b>272,3</b>  |
| <b>2 завтрак</b>        | закуска       | 148    | Овощи свежие                 | 70         | 7,7           |
|                         | горячее блюда | ТТК 2  | Рулет мясной с яйцом         | 65         | 124,8         |
|                         | горячее блюда | 206    | Каша пшенная                 | 100        | 152,4         |
|                         | напиток       | 459    | Чай с сахаром, лимоном       | 200        | 40            |
|                         | хлеб          | 574    | Хлеб ржаной с сыром          | 30         | 77            |
|                         | хлеб          | 573    | Хлеб пшеничный               | 35         | 81,9          |
| <b>ИТОГО 2 завтрак:</b> |               |        |                              | <b>500</b> | <b>483,8</b>  |
| <b>Обед</b>             | горячее блюда | 98     | Свекольник со сметаной       | 200        | 131,90        |
|                         | горячее блюда | 345    | Рулет мясной с яйцом, маслом | 90         | 172,8         |
|                         | горячее блюда | 206    | Каша пшенная                 | 150        | 228,6         |
|                         | напиток       | 459    | Чай с сахаром, лимоном       | 200        | 40            |
|                         | хлеб          | 574    | Хлеб ржаной с сыром          | 40         | 97,6          |
|                         | хлеб          | 573    | Хлеб пшеничный               | 40         | 93,6          |
| <b>ИТОГО обед:</b>      |               |        |                              | <b>720</b> | <b>764,50</b> |

**Меню обучающихся ОВЗ 12-18 лет:**

| Прием пищи              | Раздел напитков | № рец. | Блюдо                        | Выход, г   | Калорийность  |
|-------------------------|-----------------|--------|------------------------------|------------|---------------|
|                         | горячее блюда   | 550    | Манник с повидлом            | 130        | 198,70        |
|                         | напиток         | 465    | Кофейный напиток с молоком   | 200        | 88            |
| <b>ИТОГО 1 завтрак:</b> |                 |        |                              |            | <b>272,30</b> |
| <b>2 завтрак</b>        |                 | 148    | Овощи свежие                 | 70         | 7,7           |
|                         | горячее блюда   | ТТК 2  | Рулет мясной с яйцом         | 65         | 124,8         |
|                         | горячее блюда   | 206    | Каша пшенная                 | 150        | 228,6         |
|                         | напиток         | 459    | Чай с сахаром, лимоном       | 200        | 40            |
|                         | хлеб            | 574    | Хлеб ржаной с сыром          | 30         | 77            |
|                         | хлеб            | 573    | Хлеб пшеничный               | 35         | 81,9          |
| <b>ИТОГО 2 завтрак:</b> |                 |        |                              | <b>550</b> | <b>560</b>    |
| <b>Обед</b>             | горячее блюда   | 345    | Рулет мясной с яйцом, маслом | 100        | 192           |
|                         | горячее блюда   | 206    | Каша пшенная                 | 180        | 274,3         |
|                         | напиток         | 459    | Чай с сахаром, лимоном       | 200        | 40            |
|                         | горячее блюда   | 98     | Свекольник со сметаной       | 250        | 139,9         |
|                         | хлеб            | 574    | Хлеб ржаной с сром           | 45         | 108           |
|                         | хлеб            | 573    | Хлеб пшеничный               | 35         | 81,9          |
| <b>ИТОГО обед:</b>      |                 |        |                              | <b>810</b> | <b>836,1</b>  |