

Утверждаю  
Директор МБОУ «СОШ №4»  
\_\_\_\_\_ Е.А.Волгунцева.

### ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 06.05.2025г.

| Приём<br>пищи                       | Наименование<br>блюда                    | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|-------------------------------------|------------------------------------------|--------------|------------------|------|----------|----------------------------|----------------|
|                                     |                                          |              | белки            | жиры | углеводы |                            |                |
| Возрастная категория 7-11 лет       |                                          |              |                  |      |          |                            |                |
| Неделя<br>День7                     |                                          |              |                  |      |          |                            |                |
| Завтрак                             | Яйцо варёное                             | 40           | 4,8              | 4    | 0,3      | 56,6                       | 54-6о          |
|                                     | Плов из булгура с курицей                | 160          | 15,8             | 7    | 31       | 249,8                      | 54,15м         |
|                                     | Компот из смеси<br>сухофруктов           | 200          | 0,4              | 0    | 19,8     | 80,8                       | 54-35хн        |
|                                     | Фрукт                                    | 100          | 0,4              | 0,4  | 9,8      | 44,4                       | пром           |
|                                     | Хлеб пшеничный                           | 40           | 3                | 0,3  | 19,7     | 93,8                       | пром           |
| Итого за завтрак                    |                                          | 540          | 24,4             | 11,7 | 80,6     | 525,4                      |                |
| Второй<br>завтрак                   |                                          |              |                  |      |          |                            |                |
|                                     | Сок абрикосовый                          | 250          | 1,3              | 0    | 31,8     | 132                        | пром           |
| Итого за завтрак (ОВЗ)              |                                          | 790          | 25,7             | 11,7 | 112,4    | 657,4                      |                |
| Возрастная категория 12лет и старше |                                          |              |                  |      |          |                            |                |
| Завтрак                             | Яйцо варёное                             | 40           | 4,8              | 4    | 0,3      | 56,6                       | 54-6о          |
|                                     | Плов из булгура с курицей                | 200          | 19,7             | 8,7  | 38,8     | 312,3                      | 54,15м         |
|                                     | Компот из смеси<br>сухофруктов           | 200          | 0,4              | 0    | 19,8     | 80,8                       | 54-35хн        |
|                                     | Фрукт                                    | 200          | 1,8              | 0,4  | 16,2     | 75,6                       | пром           |
|                                     | Хлеб пшеничный                           | 40           | 3                | 0,3  | 19,7     | 93,8                       | пром           |
| Итого за завтрак                    |                                          | 680          | 29,7             | 13,4 | 94,8     | 619,10                     |                |
|                                     |                                          |              |                  |      |          |                            |                |
| Обед                                | Салат из белокочанной<br>капусты         | 100          | 2,5              | 10,1 | 10,4     | 143                        | №54-7з         |
|                                     | Сыр из твердых сортов в<br>нарезке       | 30           | 7                | 8,9  | 0        | 107,5                      | №54-1з         |
|                                     | Суп из овощей с<br>фрикадельками мясными | 250          | 10,8             | 7,6  | 17,4     | 181,1                      | №54-5с         |
|                                     | Каша пшениная<br>рассыпчатая             | 150          | 6,4              | 6,5  | 35,5     | 225,8                      | №54-12г        |
|                                     | Бефстроганов из мяса кур                 | 100          | 22,6             | 14,9 | 2,2      | 233,1                      | №50            |
|                                     | Чай с сахаром                            | 200          | 0,1              | 0    | 5,2      | 21,4                       | 54-45гн        |
|                                     | Фрукт                                    | 110          | 0,4              | 0,4  | 10,8     | 48,8                       | пром           |
|                                     | Хлеб ржаной                              | 100          | 6,6              | 1,2  | 33,4     | 170,8                      | пром           |
|                                     | Итого за обед                            | 1040         | 56,4             | 49,6 | 114,9    | 1131,5                     |                |