

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
11.01.2025г.

| Приём<br>пищи                               | Наименование<br>блюда          | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|---|--------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|----------------------------|----------------|
|   |                                |              | белки            | жиры        | углеводы    |                            |                |
| Неделя 1<br>День 11                         |                                |              |                  |             |             |                            |                |
| <b>Возрастная категория 12 лет и старше</b> |                                |              |                  |             |             |                            |                |
| Завтрак                                     | Капуста тушеная с мясом<br>кур | 150          | 16,5             | 16,5        | 10          | 254,6                      | 54-10 м        |
|   | Компот из смеси<br>сухофруктов | 200          | 0,4              | 0           | 19,8        | 80,8                       | 54-35хн        |
|   | Фрукт                          | 150          | 2,3              | 0,8         | 31,5        | 141,8                      | пром           |
|   | Хлеб ржаной                    | 30           | 2                | 0,4         | 10          | 51,2                       | пром           |
|   | Хлеб пшеничный<br>йодированный | 30           | 2,3              | 0,2         | 14,8        | 70,3                       | пром           |
| <b>Итого за завтрак</b>                     |                                | <b>560</b>   | <b>23,5</b>      | <b>17,9</b> | <b>86,1</b> | <b>598,7</b>               |                |