

17 Июня 2025г.

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ №4

Н.П. Зимовейская

**завтрак возраст 6-11 лет**

| № рецептуры               | Наименование блюда                                 | Выход,г | Цена, | Пищевые в-ва,г |      |       | Энерг. Ценность, ккал |
|---------------------------|----------------------------------------------------|---------|-------|----------------|------|-------|-----------------------|
|                           |                                                    |         |       | Б              | Ж    | У     |                       |
| №14,сбор.2005г. под ред.  | Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5% | 5       | 6,52  | 0,04           | 3,63 | 0,07  | 33,05                 |
| №174,сбор.2005г. под ред. | Каша вязкая молочная из риса с маслом              | 200/5   | 20,84 | 4,09           | 4,07 | 32,09 | 237,00                |
| 377 сб.2005 под ред.      | Чай с сахаром                                      | 200     | 1,66  | 0,13           | 0,02 | 15,20 | 62,00                 |
| к/к                       | Хлеб пшеничный                                     | 30      | 2,00  | 2,37           | 0,30 | 14,49 | 70,50                 |
|                           |                                                    |         |       |                |      |       |                       |
|                           |                                                    | 532     | 31,02 | 6,63           | 8,02 | 61,85 | 402,55                |
| <b>Итого завтрак:</b>     |                                                    |         |       |                |      |       |                       |

17 Июня 2025г. **обед возраст 6-11 лет**

| № рецептуры              | Наименование блюда                       | Выход,г | Цена, | Пищевые в-ва,г |       |        | Энерг. Ценность, |
|--------------------------|------------------------------------------|---------|-------|----------------|-------|--------|------------------|
|                          |                                          |         |       | Б              | Ж     | У      |                  |
| №82,сбор.2012г, под ред. | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250     | 7,33  | 2,68           | 2,84  | 17,14  | 104,75           |
| №234,сбор.               | Котлеты рыбные                           | 100     | 35,17 | 10,80          | 12,90 | 9,98   | 263,50           |
| №304,сбор.2005г.         | Рис отварной                             | 180     | 14,77 | 10,63          | 7,18  | 47,77  | 316,00           |
| №389сбор.2005г.по        | Напиток из плодов шиповника              | 200     | 5,58  | 0,68           | 0,28  | 20,75  | 143,80           |
| к/к                      | Хлеб ржано-пшеничный                     | 25      | 1,60  | 1,65           | 0,30  | 8,35   | 43,50            |
| к/к                      | Хлеб пшеничный                           | 27      | 1,79  | 1,98           | 0,25  | 12,08  | 58,75            |
|                          |                                          | 790     | 66,24 | 28,42          | 23,75 | 116,07 | 930,30           |
| <b>Итого обед:</b>       |                                          |         |       |                |       |        |                  |

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №4  
 Н.П. Зимовейская

17 Июня 2025г.

**завтрак возраст 12-17 лет**

| № рецептуры           | Наименование блюда                                  | Выход,г    | Цена,        | Пищевые в-ва,г |              |              | Энерг. Ценность, ккал |
|-----------------------|-----------------------------------------------------|------------|--------------|----------------|--------------|--------------|-----------------------|
|                       |                                                     |            |              | Б              | Ж            | У            |                       |
| №14,сбор.2005г.       | Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,50% | 10         | 13,04        | 0,08           | 7,26         | 0,14         | 66,10                 |
| №174,сбор.2005г.      | Каша вязкая молочная из риса с маслом               | 200/5      | 20,84        | 4,09           | 4,07         | 32,09        | 237,0                 |
| 377 сб.2005 под       | Чай с сахаром                                       | 200        | 1,66         | 0,13           | 0,02         | 15,20        | 62,00                 |
| к/к                   | Хлеб пшеничный                                      | 40         | 2,66         | 3,2            | 0,41         | 19,37        | 94,6                  |
| <b>Итого завтрак:</b> |                                                     | <b>542</b> | <b>38,20</b> | <b>7,50</b>    | <b>11,76</b> | <b>66,80</b> | <b>459,70</b>         |

17 Июня 2025г.

**обед возраст 12-17 лет**

| № рецептуры         | Наименование блюда                       | Выход,г    | Цена,        | Пищевые в-ва,г |              |               | Энерг. Ценность, |
|---------------------|------------------------------------------|------------|--------------|----------------|--------------|---------------|------------------|
|                     |                                          |            |              | Б              | Ж            | У             |                  |
| №82,сбор.2012г,     | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250        | 7,33         | 2,68           | 2,84         | 17,14         | 104,75           |
| №234,сбор.          | Котлеты рыбные                           | 100        | 35,17        | 10,80          | 12,90        | 9,98          | 263,50           |
| №304,сбор.2005г.    | Рис отварной                             | 180        | 14,77        | 10,63          | 7,18         | 47,77         | 316,00           |
| №389сбор.2005г.по   | Напиток из плодов шиповника              | 200        | 5,58         | 0,68           | 0,28         | 20,75         | 143,80           |
| д.ред. Могилынского |                                          |            |              |                |              |               |                  |
| к/к                 | Хлеб ржано-пшеничный                     | 35         | 2,24         | 2,31           | 0,42         | 11,69         | 60,90            |
| к/к                 | Хлеб пшеничный                           | 40         | 2,66         | 3,20           | 0,41         | 19,37         | 94,60            |
| <b>Итого обед:</b>  |                                          | <b>820</b> | <b>67,75</b> | <b>30,30</b>   | <b>24,03</b> | <b>126,70</b> | <b>983,55</b>    |