

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ №4  
Н. П. Зимовейская

09 Июня 2025г.

**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% | 7          | 9,13         | 0,08           | 7,26         | 0,14         | 66,10                 |
| №294,сбор.2005г. под ред. | Биточки рубленые из птицы                          | 100        | 33,79        | 16,64          | 15,34        | 30,29        | 308,50                |
| №203,сбор.2005г.п         | Макароны отварные с маслом                         | 180/5      | 11,83        | 5,70           | 6,07         | 32,00        | 225,50                |
| 377 сб.2005 под           | 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                 |
| <b>Итого завтрак:</b>     |                                                    | <b>505</b> | <b>58,41</b> | <b>24,92</b>   | <b>28,99</b> | <b>92,12</b> | <b>732,60</b>         |

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

| № рецептуры          | Наименование блюда          | Выход,г    | Цена,        | Пищевые в-ва,г |              |              | Энерг. Ценность, |
|----------------------|-----------------------------|------------|--------------|----------------|--------------|--------------|------------------|
|                      |                             |            |              | Б              | Ж            | У            |                  |
| № 102,сбор.2005г,под | Суп картофельный с бобовыми | 250        | 9,87         | 5,49           | 5,27         | 16,32        | 189,70           |
| №282,сбор.2012г,п    | Котлеты из говядины         | 100        | 62,27        | 15,55          | 11,55        | 15,70        | 238,75           |
| №305,сбор.2005г.п    | Рис припущенный             | 180        | 12,50        | 3,64           | 4,30         | 26,67        | 200,00           |
| №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              | 25         | 1,66         | 1,98           | 0,25         | 12,08        | 58,75            |
| <b>Итого обед:</b>   |                             | <b>780</b> | <b>93,48</b> | <b>28,99</b>   | <b>21,95</b> | <b>99,87</b> | <b>874,50</b>    |

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ №4



Н.П. Зимовейская

09 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 72,5% | 9          | 11,74        | 0,08           | 7,26         | 0,14          | 66,10                 |
| №294,сбор.2005г.                | Биточки рубленые из птицы                          | 100        | 33,79        | 16,64          | 15,34        | 30,29         | 308,50                |
| №203,сбор.2005г.п               | Макароны отварные с маслом                         | 180/5      | 11,83        | 5,70           | 6,07         | 32,00         | 225,50                |
| 377 сб.2005 под ред. Мосидиного | Чай с сахаром                                      | 200        | 1,66         | 0,13           | 0,02         | 15,20         | 62,00                 |
| №582,сбор.2021г. под ред. к/к   | Печенье                                            | 100        | 26,17        | 7,50           | 9,80         | 74,40         | 415,00                |
|                                 | Хлеб пшеничный                                     | 40         | 2,66         | 3,20           | 0,41         | 19,37         | 94,60                 |
|                                 |                                                    | <b>595</b> | <b>87,85</b> | <b>33,25</b>   | <b>38,90</b> | <b>171,40</b> | <b>1171,70</b>        |
| <b>Итого завтрак:</b>           |                                                    |            |              |                |              |               |                       |

09 Июня 2025г. **обед возраст 12-17 лет**

| № рецептуры                           | Наименование блюда          | Выход,г    | Цена,        | Пищевые в-ва,г |              |               | Энерг. Ценность, |
|---------------------------------------|-----------------------------|------------|--------------|----------------|--------------|---------------|------------------|
|                                       |                             |            |              | Б              | Ж            | У             |                  |
| № 102, сб. 2005                       | Суп картофельный с бобовыми | 250        | 9,87         | 5,49           | 5,27         | 16,32         | 134,75           |
| №282,сбор.2012г,п                     | Котлеты из говядины         | 100        | 62,27        | 15,55          | 11,55        | 15,70         | 238,75           |
| №305,сбор.2005г.п                     | Рис припущенный             | 180        | 12,50        | 3,64           | 4,30         | 26,67         | 200,00           |
| №389сбор.2005г.по под ред. Мосидиного | Напиток из плодов шиповника | 200        | 5,58         | 0,68           | 0,28         | 20,75         | 143,80           |
| к/к                                   | Хлеб ржано-пшеничный        | 40         | 2,56         | 2,64           | 0,48         | 13,36         | 69,60            |
| к/к                                   | Хлеб пшеничный              | 40         | 2,66         | 3,20           | 0,41         | 19,37         | 94,60            |
|                                       |                             | <b>810</b> | <b>95,44</b> | <b>31,20</b>   | <b>22,29</b> | <b>112,17</b> | <b>881,50</b>    |
| <b>Итого обед:</b>                    |                             |            |              |                |              |               |                  |