



Утверждаю

Директор  
КГКОУ Школа 4  
Ю.И.Лебедева/

**МЕНЮ**  
**20 сентября 2024 г.**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                                    | Выход     | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------|-----------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                  |                                                       |           |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| 7-11 лет                      |                  |                                                       |           |               |                   |         |                  |                                          |
| Завтрак                       |                  |                                                       |           |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 214              | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ               | 135       | 33,86         | 13,20             | 17,40   | 2,60             | 221,00                                   |
| 2008                          | 229              | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ<br>КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ОТВАРНОЙ          | 30        | 13,03         | 0,90              | 0,10    | 1,90             | 12,00                                    |
| 2011                          | 378              | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ                            | 135/50/15 | 6,22          | 1,60              | 1,20    | 17,30            | 87,00                                    |
| 2008                          |                  | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                        | 51        | 4,56          | 2,60              | 0,60    | 25,00            | 112,00                                   |
|                               |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ                           | 39        | 2,05          | 2,00              | 0,30    | 18,00            | 90,00                                    |
| 2008                          |                  | ФРУКТ                                                 | 100       | 24,99         | 0,30              | 0,30    | 10,10            | 45,00                                    |
| Итого                         |                  |                                                       |           | 84,71         | 20,60             | 19,90   | 74,90            | 567,00                                   |
| Обед                          |                  |                                                       |           |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 71               | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ                              | 65        | 16,46         | 0,50              | 0,10    | 1,50             | 9,00                                     |
| 2011                          | 88               | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ ОТВАРНЫМ | 215       | 24,91         | 5,50              | 6,00    | 7,30             | 105,00                                   |
| 2008                          | 245              | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ                                        | 91        | 29,27         | 7,60              | 9,30    | 12,40            | 163,00                                   |
| 2012                          | 349              | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ                               | 30        | 5,29          | 0,30              | 2,20    | 2,20             | 30,00                                    |
| 2011                          | 304              | РИС ОТВАРНОЙ                                          | 150       | 13,72         | 2,90              | 5,20    | 32,00            | 190,00                                   |
| 2011                          | 348              | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД<br>СУШЕНЫХ (ИЗЮМ)           | 180       | 9,52          | 0,40              | 0,10    | 26,20            | 105,00                                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                           | 48        | 2,52          | 1,40              | 0,30    | 20,00            | 100,00                                   |
| Итого                         |                  |                                                       |           | 101,69        | 18,60             | 23,20   | 101,60           | 702,00                                   |
| Итого                         |                  |                                                       |           | 186,40        | 39,20             | 43,10   | 176,50           | 1 269,00                                 |

Мед. сестра \_\_\_\_\_ И.В. Воликова

Шеф-повар \_\_\_\_\_ А.А. Толмачева



Утверждаю

Директор  
КГКОУ Школа 4  
Ю.И.Лебедева/**МЕНЮ**  
20 сентября 2024 г.

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                                    | Выход     | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------|-----------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                  |                                                       |           |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| 12-18 лет                     |                  |                                                       |           |               |                   |         |                  |                                          |
| Завтрак                       |                  |                                                       |           |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 214              | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ               | 150       | 41,92         | 14,30             | 21,80   | 2,80             | 265,00                                   |
| 2008                          | 231              | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ<br>ОТВАРНОЙ          | 50        | 21,76         | 1,50              | 0,10    | 3,20             | 19,00                                    |
| 2011                          | 378              | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ                            | 135/50/15 | 6,23          | 1,60              | 1,20    | 17,40            | 87,00                                    |
| 2008                          |                  | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                        | 60        | 5,38          | 3,00              | 0,70    | 29,00            | 140,00                                   |
|                               |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ                           | 60        | 3,12          | 3,30              | 0,50    | 27,00            | 140,00                                   |
| 2008                          |                  | ФРУКТ                                                 | 100       | 24,99         | 0,30              | 0,30    | 10,10            | 45,00                                    |
| Обед                          |                  |                                                       |           |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 71               | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ                              | 81        | 20,67         | 0,60              | 0,10    | 2,00             | 11,00                                    |
| 2011                          | 88               | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ<br>И МЯСОМ ОТВАРНЫМ | 250       | 32,93         | 5,70              | 7,10    | 8,20             | 120,00                                   |
| 2008                          | 245              | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ<br>С ОВОЩАМИ         | 120       | 34,13         | 8,00              | 12,00   | 15,00            | 200,00                                   |
| 2011                          | 304              | РИС ОТВАРНОЙ                                          | 180       | 17,27         | 3,50              | 6,30    | 38,00            | 225,00                                   |
| 2011                          | 348              | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ<br>(ИЗЮМ)           | 200       | 9,87          | 0,40              | 0,10    | 29,10            | 116,00                                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                           | 73        | 3,80          | 2,20              | 0,50    | 30,70            | 150,00                                   |
| Итого                         |                  |                                                       |           | 222,07        | 44,40             | 50,70   | 212,50           | 1 518,00                                 |

Мед. сестра \_\_\_\_\_ И.В. Воликова

Шеф-повар \_\_\_\_\_ А.А. Толмачева