



# Меню



Пятница 31.01.2025 г.

Возрастная категория с 1 – 4 класс

| Завтрак                                        | Вес         | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал   | №рец. |
|------------------------------------------------|-------------|-------|-------|----------|--------|-------|
| 1. Каша вязкая<br>молочная из овсяной<br>крупы | 200\10      | 6,6   | 9,7   | 24,4     | 210,3  | №173  |
| 2. Хлеб пшеничный с<br>маслом                  | 50\10       | 4,05  | 8,8   | 24,3     | 191,90 | №14   |
| 3. Чай с лимоном                               | 200\15<br>7 | 0,4   | 0     | 11,7     | 49,6   | №377  |
| Итого:                                         | 492         | 12,45 | 19,5  | 87,8     | 579,6  |       |
| Обед                                           | Вес         | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал   | №рец. |
| 1. Суп картофельный с<br>крупой                | 200         | 1,36  | 2,16  | 10,6     | 68,1   | №103  |
| 2. Овощи соленные                              | 60          | 0,7   | 0,1   | 2,2      | 14     | №71   |
| 3. Плов из птицы                               | 200         | 16,68 | 14,47 | 30,36    | 325,88 | №268  |
| 4. Хлеб пшеничный                              | 50          | 3,95  | 0,5   | 24,2     | 116,9  |       |
| 5. Хлеб ржаной                                 | 50          | 4,3   | 1,65  | 21,25    | 129    |       |
| 6. Компот из<br>сухофруктов                    | 200         | 0     | 0     | 19,4     | 77,4   | №349  |
| Итого:                                         | 800         | 28,71 | 26,11 | 123,95   | 856,6  |       |

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №4

Краснова И.В.



Повар:

Данькова Е.Н.

Калькулятор:

Молчанова О.С.

Медицинская сестра:

Романова О.С.