

**МЕНЮ**  
**МАОУ СОШ № 4 г. Чайковский**  
 9 день 18.01.2024г.

**Меню обучающихся 7-11 лет:**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность
<b>Завтрак</b>	закуска	148	Овощи свежие	100	11
	горячее блюда	330	Плов из мяса	200	441,6
	напиток	ТТК 3	Кофейный напиток с молоком	200	88
	хлеб	574	Хлеб ржаной	40	82,4
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6
<b>ИТОГО завтрак:</b>				<b>580</b>	<b>716,6</b>
<b>Обед</b>	горячее блюда	93/433	Борщ из свежей капусты со сметаной	200	92,1
	горячее блюда	330	Плов из мяса	240	441,6
	напиток	ТТК 3	Кофейный напиток с молоком	200	88
	хлеб	574	Хлеб ржаной	40	82,4
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6
<b>ИТОГО обед:</b>				<b>720</b>	<b>797,7</b>

**Меню обучающихся 12-18 лет:**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность
<b>Завтрак</b>	закуска	148	Овощи свежие	100	11
	горячее блюдо	330	Плов из мяса	250	460
	напиток	ТТК 3	Кофейный напиток с молоком	200	88
	хлеб	574	Хлеб ржаной	15	30,9
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6
<b>ИТОГО завтрак:</b>				<b>605</b>	<b>683,5</b>
<b>Обед</b>	горячее блюдо	93	Борщ из свежей капусты	250	115,1
	горячее блюдо	330	Плов из мяса	270	496,8
	напиток	465	Кофейный напиток с молоком	200	88
	хлеб	574	Хлеб ржаной	40	82,4
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6
<b>ИТОГО обед:</b>				<b>800</b>	<b>875,9</b>

### Меню обучающихся ОВЗ 7-11 лет:

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность
<b>1 завтрак</b>	горячее блюдо	550	Манник с молоком сгущенным	100/30	136,50
	напиток	457	Чай с сахаром	200	38
ИТОГО 1завтрак:					<b><u>174,50</u></b>
<b>2 завтрак</b>	закуска	148	Овощи свежие	100	11
	горячее блюдо	330	Плов из мяса	200	441,6
	напиток	ТТК 3	Кофейный напиток с молоком	200	88
	хлеб	574	Хлеб ржаной	40	82,4
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6
ИТОГО 2 завтрак:				<b>580</b>	<b>716,6</b>
<b>Обед</b>	горячее блюдо	93/433	Борщ из свежей капусты со сметаной	200	92,1
	горячее блюдо	330	Плов из мяса	240	441,6
	напиток	ТТК 3	Кофейный напиток с молоком	200	88
	хлеб	574	Хлеб ржаной	40	82,4
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6
ИТОГО обед:				<b>720</b>	<b>797,7</b>
<b>полдник</b>	горячее блюдо	550	Манник с молоком сгущенным	100/30	136,50
	напиток	457	Чай с сахаром	200	38
ИТОГО 1завтрак:					<b><u>174,50</u></b>

### Меню обучающихся ОВЗ 12-18 лет:

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность
<b>1 завтрак</b>	горячее блюдо	526	Оладьи с повидлом	100/30	145,30
	напиток	457	Чай с сахаром	200	64,80
	хлеб	пром.	Йогурт	95	83,60
ИТОГО 1 завтрак:					<b><u>293,70</u></b>
<b>2 завтрак</b>	горячее блюдо	148	Овощи свежие	70	7,7
	горячее блюдо	356	Печень по-строгановски	80	154,4
	горячее блюдо	256	Макаронные изделия отварные	150	184,5
	напиток	497	Напиток клюквенный	200	41
	хлеб	574	Хлеб ржаной с сыром	40	97,6
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	70,2
ИТОГО 2 завтрак:				<b>570</b>	<b>555,4</b>
<b>Обед</b>	горячее блюдо	116	Суп из овощей	250	120,6
	горячее блюдо	356	Печень по-строгановски	100	193
	горячее блюдо	256	Макаронные изделия отварные	180	221,4
	напиток	497	Напиток клюквенный	200	41
	хлеб	574	Хлеб ржаной с сыром	40	97,6
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	70,2
ИТОГО обед:				<b>800</b>	<b>743,8</b>