



**МЕНЮ НА 28 СЕНТЯБРЯ 2023г**



Утверждаю  
директор КГКОУ ШИ №4  
Алхимина Н.Ю.

| Школа      | КГКОУ ШИ4   |        |  | Отд./корп |      |              |        | День  | 11 день  |       |
|------------|-------------|--------|--|-----------|------|--------------|--------|-------|----------|-------|
| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                    | Выход, г  | Цена | Калорийность | Белки  | Жиры  | Углеводы |       |
| Завтрак    | гор.блюдо   | 93     | суп молочный с макаронными изделиями     | 200       |      | 126,88       | 3,08   | 3,72  | 19,58    |       |
|            | гор.напиток | 397    | какао с молоком                          | 200       |      | 88,72        | 3,38   | 2,9   | 11,92    |       |
|            | хлеб        | 111    | Батон нарезной                           | 40        |      |              | 104,8  | 3     | 1,16     | 20,56 |
|            |             | 213    | Яйцо вареное                             | 40        |      |              | 63     | 5,08  | 4,6      | 0,28  |
|            |             | 703    | Масло сливочное                          | 10        |      |              | 66,1   | 0,08  | 7,25     | 0,13  |
|            |             | 703.а  | Печенье                                  | 10        |      |              | 33,37  | 0,6   | 0,94     | 5,99  |
| Обед       | закуска     | 13     | Салат из свежих огурцов                  | 100       |      | 67,3         | 0,76   | 4,09  | 7,38     |       |
|            | 1 блюдо     | 78     | Свекольник                               | 250       |      | 245,07       | 9,05   | 8,62  | 24,37    |       |
|            |             | 247    | Рыба, тушеная в томатном соусе с овощами | 120       |      |              | 230,24 | 14,03 | 10,3     | 23,96 |
|            | гарнир      | 414    | Каша гречневая рассыпчатая               | 150       |      | 97,02        | 2,08   | 1,03  | 21,98    |       |
|            | сладкое     | 376    | Компот из смеси сухофруктов              | 200       |      | 60,14        | 0,12   | 0     | 15,78    |       |
|            | хлеб бел.   | 701    | Хлеб пшеничный                           | 50        |      |              | 94     | 3,16  | 0,4      | 19,32 |
|            |             | 700    | Хлеб ржаной йодированный                 | 40        |      |              | 16,93  | 0,03  | 0        | 4,44  |