



Согласовано:  
Генеральный директор ОАО «Исток»  
Сербич А.М.  
2024г.



Утверждаю:  
Директор МБОУ ЛИЦЕЙ № 4  
2024г.

*Ю.В. Мартынов*

## МЕНЮ

На 19 Июля 2024  
**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
<b>ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ</b>							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 11 до 15 лет							
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</b>							
209	Яйцо вареное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	15-19
73	Икра кабачковая	1/100	1,40	4,80	8,50	83,00	16-30
376	Чай с сахаром	1/200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	2-10
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-64
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
пром	Йогурт 2,5% жирности	1/125	4,90	6,20	21,20	240,00	26-22
пром	Мороженое «Настоящий Пломбир»	1/100	3,00	17,00	24,00	260,00	74-10
	<b>ИТОГО</b>	<b>630</b>	<b>18,19</b>	<b>33,14</b>	<b>90,18</b>	<b>811,6</b>	<b>136-68</b>
<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД</b>							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
71	Помидор свежий	1/100	0,72	0,12	2,76	15,60	18-56
84	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной 15% жирности	1/250/5	1,46	3,92	12,16	89,90	16-19
131	Голубцы «Любительские» из мясо говядины	1/100	7,97	7,97	5,84	126,70	44-35
331	Соус сметанный 15% жирности с томатом	1/50	0,90	2,61	3,83	42,50	4-14
202	Макаронные изделия отварные	1/180	5,40	6,30	36,60	225,00	7-91
349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,08	0,00	21,82	87,60	6-67
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-64
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	<b>Итого</b>	<b>935</b>	<b>23,44</b>	<b>17,06</b>	<b>119,68</b>	<b>728,3</b>	<b>100-59</b>

Технолог:

Варданын О.Е.

15