



И.О. директора школы

Т.Н. Пашала

МЕНЮ на 26.11.2023 г.

	Выход блюд, г. 7-11 лет	Энергет. ценность, ккал	Выход блюд 12 и старше	Энергет. ценность, ккал
Завтрак				
Масло сливочное 72,5 %	10	62	10	62
Сыр Российский	15	51	15	51
Каша вязкая «геркулес»	200/10/10	101	205	103
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	83	200/15/7	83
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	50/20	158/66	60/50	158/66
2й Завтрак				
Оладьи со сгущ.молоком	100/20	520	200/20	540
Напиток лимонный	200	90	200	90
Обед				
Помидор соленый	60	14,4	60	14,4
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	93	300	98
Голубцы с мясом (говядина),рисом и томатным соусом	108/50	246	108/50	246
Каша рассыпчатая пшеничная.	150/5	213	200/5	113
Компот из смеси сухофруктов	200	120	200	120
Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной	60/40/	79/128/	80/50	79/128
Полдник				
Яблоки свежие	170/1 шт	88	170 /1шт	88
Ужин				
Масло сливочное			10	62
Яйца вареные 1 шт	40	51	40	51
Биточки рыбные (из минтая)/Рагу из овощей	90/150	134/174	100/200	136/180
Чай с сахаром и лимоном	200	83	200	83
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	40/20	158/77	60/20	158/77
2й Ужин				
Ряженка 2,5 % жирности	200	50	200	50
Итого 1 неделя воскресенье				2767/2925 Ккалорий.



УТВЕРЖДАЮ
 Директора школы

Т.Н. Пашала

МЕНЮ на 25.11.2023 г.1 неделя суббота.

	Выходблюд, г. 7-11лет	Энергет. ценность, ккал	Выход блюд12 и срарше	Энергет. ценность, ккал
Завтрак				
Масло сливочное 72,5 %	10	62	10	62
Каша жидкая молочная пшениая	200/10/10	120	250/10/10	130
Какао с молоком	200	83	200	83
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	50/20	158/66	60/50	158/66
2й Завтрак				
Конфеты шоколадные	30	171	30	171
Яблоки свежие	200/1шт	88	200/1шт	88
Обед				
Помидор соленый	60	18	60	18
Суп картофельный с крупой перловой	250	93	300	98
Рыба- минтай припущенная с овощами в масле	100	217	120	150
Картофельное пюре с м/сл.	150/5	120	200/5	126
Компот из плодов шиповника	200	120	200	120
Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной	60/40/	79/128/	80/50	79/128
Полдник				
Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом	60/1 шт	452	60 /1шт	452
Компот из смеси свежих плодов	200	450	200	450
Ужин				
Масло сливочное			10	62
Фасоль отварная с луком	60	110	80	120
Жаркое по -домашнему из говядины	50/200	292,2	50/200	292,2
Чай с лимоном	200/15/7	83	200/15/7	83
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	40/20	158/77	60/20	158/77
2й Ужин/Кефир 2,5%	200	112,8/3255Кал.	200	112,8/3320Ккал



И.О. директора школы

Т.Н. Пашала

МЕНЮ на 27.11.2023 г.

	Выход блюд, г. 7-11лет	Энергет. ценность, ккал	Выход блюд 12 и старше	Энергет. ценность, ккал
Завтрак				
Масло сливочное 72,5 %	10	62	10	62
Сыр Российский	15	51	15	51
Каша жидкая молочная рисовая	200/10/10	106	250/10/10	108
Чай с молоком	150/50/15	83	150/50/15	83
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	50/20	158/66	60/50	158/66
2й Завтрак				
Пудинг из творога со сгущенным молоком	150/20	224	200/20	230
Кофейный напиток	200	430	200	430
Обед				
Овощи соленые	60	14,4	60	14,4
Суп картофельный с фасолью	250	126	300	128
Картофельная запеканка с мясом	90/180	219	100/200	302
Компот из свежих яблок	200	517	200	517
Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной	60/40/	79/128/	80/50	79/128
Полдник				
Яблоки свежие	200/1 шт	88	200 /1шт	88
Ужин				
Масло сливочное			10	62
Свекла тушеная	60	51	100	61
Печень говяжья тушеная в сметанном соусе	90/90	241	100/90	324
Каша гречневая рассыпчатая	150	244	200	245
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	83	200/15/7	83
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	40/20	158/77	60/20	158/77
2й Ужин				
Ряженка 2,5 % жирности	200	50	200	50

Итого 2-я неделя понедельник

3653/3493Ккалорий.