



Утверждаю

И.о. директора
КГКОУ Школа 4
/О.В. Куликова/

МЕНЮ

1 апреля 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>яйца куриные (шт.), молоко пастер., соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое</small>	135	38,74	13,2	17,2	2,6	218
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ОТВАРНОЙ <small>горошек зеленый консервы</small>	30	13,03	0,9	0,1	1,8	12
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер.</small>	135/50/15	6,70	1,7	1,3	17,3	87
БАТОН НАРЕЗНОЙ <small>батон нарезной</small>	50	5,00	2,5	0,6	24,2	112
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>хлеб пшеничный</small>	42	2,69	2,3	0,3	18,9	88
ФРУКТ <small>яблоки</small>	200	45,45	0,6	0,8	20,2	90
Итого		111,61	21,2	20,3	85	607
Обед						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ <small>огурцы грунтовые</small>	60	12,97	0,5	0,1	1,5	8
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ ОТВАРНЫМ <small>говядина б/к, петрушка (зелень), капуста белокачанная, картофель, морковь, перец красный сладкий, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая</small>	215	26,39	5,4	6	7,5	105
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ <small>рыба минтай филе, соль йодированная, батон нарезной, молоко сухое цельное 25% жирности, лук репчатый, вода питьевая, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное</small>	92	29,44	7,7	9,4	12,6	167
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ <small>вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, морковь, лук репчатый, укроп, томатная паста, сахар песок, соль йодированная, петрушка (зелень), лимонная кислота</small>	30	5,15	0,3	2,3	2,2	30
РИС ОТВАРНОЙ <small>крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая</small>	150	12,81	2,9	5,3	31,5	185
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ (ИЗЮМ) <small>винograd сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая</small>	180	9,53	0,4	0,1	24,5	101
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной</small>	52	3,36	1,5	0,4	21,5	96
Итого		99,65	18,7	23,6	101,3	692
Всего		211,26	39,9	43,9	186,3	1299

Медицинская сестра _____ И.В. Воликова

Зав. производством (шеф-повар) _____ А.А. Толмачева



Утверждаю

И.о. директора
КГКОУ Школа 4
/О.В. Куликова/

МЕНЮ

1 апреля 2024 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>яйца куриные (шт.), молоко пастер., соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое</small>	150	46,48	14,4	21,8	2,8	265
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ОТВАРНОЙ <small>горошек зеленый консервы</small>	50	21,75	1,5	0,1	3,1	19
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер.</small>	135/50/15	6,70	1,7	1,3	17,3	87
БАТОН НАРЕЗНОЙ <small>батон нарезной</small>	62	6,20	3,1	0,7	29,6	137
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>хлеб пшеничный</small>	62	3,97	3,4	0,5	28,1	131
ФРУКТ <small>яблоки</small>	200	45,45	0,6	0,8	20,2	90
Итого		130,55	24,7	25,2	101,1	729
Обед						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ <small>огурцы грунтовые</small>	80	17,29	0,6	0,1	2	11
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ ОТВАРНЫМ <small>петрушка (зелень), говядина б/к, капуста белокочанная, картофель, морковь, перец красный сладкий, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая</small>	250	33,16	5,6	7	8,3	120
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ С ОВОЩАМИ <small>рыба минтай филе, батон нарезной, молоко сухое цельное 25% жирности, лук репчатый, вода питьевая, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, укроп, томатная паста, сахар песок, петрушка (зелень), лимонная кислота</small>	120	34,30	8,2	11,7	14,9	196
РИС ОТВАРНОЙ <small>крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая</small>	180	15,40	3,5	6,2	37,8	222
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ (ИЗЮМ) <small>виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая</small>	200	10,53	0,5	0,1	27,4	112
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной</small>	80	5,12	2,3	0,6	32,9	146
Итого		115,80	20,7	25,7	123,3	807
Всего		246,35	45,4	50,9	224,4	1536

Медицинская сестра _____

И.В. Воликова

Зав. производством (шеф-повар) _____

А.А. Толмачева