

Утверждаю



Директор  
КГКОУ Школа 4  
/О.И.Лебедева/

# МЕНЮ

9 апреля 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ</b> макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский	125	22,33	6,2	9,7	20,5	194
<b>ФАСОЛЬ ОВОЩНАЯ ОТВАРНАЯ</b> фасоль (стручок), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	50	18,60	1,3	3,1	1,6	38
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15	1,82	0,2	0,1	15,0	60
<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ</b> батон нарезной	50	4,96	2,5	0,6	23,8	111
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ</b> хлеб пшеничный	40	2,53	2,2	0,3	17,8	83
<b>ФРУКТ</b> банан	155	56,82	2,3	0,8	32,5	146
<b>Итого</b>		107,06	14,7	14,6	111,2	632
<b>Обед</b>						
<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ</b> соль йодированная, свекла, масло подсолнечное рафинированное	80	7,38	1,1	4,9	6,6	75
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И МЯСОМ ОТВАРНЫМ</b> говядина б/к, соль йодированная, петрушка (зелень), картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	220	26,57	7,5	7,0	14,5	151
<b>ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ</b> говядина б/к, батон нарезной, молоко пастер., лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	90	46,27	11,7	9,0	9,4	165
<b>СОУС СМЕТАННЫЙ</b> мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная	30	2,32	0,3	1,1	1,8	18
<b>РАГУ ОВОЩНОЕ (1 ВАРИАНТ)</b> картофель, морковь, капуста белокачанная, лук репчатый, горошек зеленый консервы, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, петрушка (зелень), томатная паста, сахар песок, соль йодированная	150	24,89	2,9	6,4	17,1	137
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок виноградный	200	9,25	0,0	0,0	24,0	96
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной	47	2,99	1,4	0,3	19,2	85
<b>Итого</b>		119,67	24,9	28,7	92,6	727
<b>Всего</b>		226,73	39,6	43,3	203,8	1 359

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ И.В. Воликова

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_ Е.Н. Карафизы

Утверждаю

Директор  
КГКОУ Школа 4  
/О.И.Лебедева/



**МЕНЮ**  
9 апреля 2024 г.

**12-18 лет**

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ</b> макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский	155	31,48	8,6	12,6	23,1	240
<b>ФАСОЛЬ ОВОЩНАЯ ОТВАРНАЯ</b> фасоль (стручок), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	45	16,85	1,2	2,8	1,4	35
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15	1,82	0,2	0,1	15,0	60
<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ</b> батон нарезной	62	6,20	3,1	0,7	29,6	137
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ</b> хлеб пшеничный	62	4,00	3,4	0,5	28,1	131
<b>ФРУКТ</b> банан	129	47,34	1,9	0,7	27,1	122
<b>Итого</b>		107,69	18,4	17,4	124,3	725
<b>Обед</b>						
<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ</b> соль йодированная, свекла, масло подсолнечное рафинированное	80	7,38	1,1	4,9	6,6	75
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И МЯСОМ ОТВАРНЫМ</b> говядина б/к, тофу, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, петрушка (зелень), соль йодированная	250	31,13	8,1	7,5	17,1	169
<b>ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ</b> говядина б/к, батон нарезной, молоко пастер., лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности	120	52,58	11,9	11,1	11,3	192
<b>РАГУ ОВОЩНОЕ (1 ВАРИАНТ)</b> картофель, морковь, капуста белокочанная, лук репчатый, горошек зеленый консервы, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, петрушка (зелень), томатная паста, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное	180	21,78	3,4	9,7	20,1	181
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок виноградный	200	9,25	0,0	0,0	24,0	96
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной	71	4,57	2,1	0,5	29,3	130
<b>Итого</b>		126,69	26,6	33,7	108,4	843
<b>Всего</b>		234,38	45,0	51,1	232,7	1 568

Медицинская сестра И.В. Воликова

Зав. производством (шеф-повар) Е.Н. Карафиз