

Утверждаю

Директор
КГКОУ Школа 4
/О.И.Лебедева/

МЕНЮ
16 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	40,53	14,30	21,80	2,80	265,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ОТВАРНОЙ <small>горошек зеленый консервы</small>	50	21,77	1,50	0,10	3,20	19,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер.</small>	135/50/15	6,85	1,60	1,20	17,30	87,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ <small>батон нарезной</small>	60	6,00	3,00	0,70	28,90	134,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>хлеб пшеничный</small>	59	3,78	3,20	0,50	26,40	123,00
ФРУКТ <small>яблоки</small>	200	45,45	0,60	0,80	20,20	90,00
Итого		124,38	24,20	25,10	98,80	718,00
Обед						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ <small>огурцы грунтовые</small>	80	17,27	0,60	0,10	2,00	11,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ ОТВАРНЫМ <small>говядина б/к, петрушка (зелень), капуста белокочанная, картофель, морковь, перец красный сладкий, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая</small>	250	33,24	5,70	7,10	8,30	119,00
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	34,84	8,20	11,60	14,90	196,00
РИС ОТВАРНОЙ <small>крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая</small>	180	12,44	3,50	6,20	37,80	221,00
КОМПЛОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ (ИЗЮМ) <small>виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая</small>	200	10,53	0,50	0,10	27,40	112,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной</small>	71	4,54	2,10	0,50	29,00	129,00
Итого		112,86	20,60	25,60	119,40	788,00
Всего		237,24	44,80	50,70	218,20	1 506,00

Медицинская сестра _____ И.В. Воликова

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

Утверждаю



Директор
КГКОУ Школа 4
/Ю.И.Лебедева/

МЕНЮ

16 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	33,20	13,20	17,20	2,60	218,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ОТВАРНОЙ <small>горошек зеленый консервы</small>	30	13,04	0,90	0,10	1,90	12,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер.</small>	135/50/15	6,85	1,60	1,20	17,30	87,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ <small>батон нарезн...</small>	50	5,00	2,50	0,60	24,00	112,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>хлеб пшеничный</small>	40	2,56	2,20	0,30	18,00	84,00
ФРУКТ <small>яблочки</small>	200	45,45	0,60	0,80	20,20	90,00
Итого		106,10	21,00	20,20	84,00	603,00
Обед						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ <small>огурцы грунтовые</small>	60	12,96	0,50	0,10	1,50	8,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ ОТВАРНЫМ <small>говядина б/к, петрушка (зелень), капуста белокочанная, картофель, морковь, перец красный сладкий, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая</small>	215	26,27	5,40	6,00	7,40	106,00
ТЕФТЕЛ: 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>	90	29,94	7,90	9,60	12,90	170,00
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ <small>во. п. 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	5,24	0,30	2,20	2,20	29,00
РИС ОТВАРНОЙ <small>крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая</small>	150	10,44	2,90	5,20	31,50	185,00
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ (ИЗЮМ) <small>виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая</small>	180	9,55	0,40	0,10	24,60	101,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной</small>	49	3,14	1,40	0,30	19,90	88,00
Итого		97,54	18,80	23,50	100,00	687,00
Всего		203,64	39,80	43,70	184,00	1 290,00

Медицинская сестра _____ И.В. Воликова

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