

Утверждаю

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



МЕНЮ

22 апреля 2024 г.

7-11 лет

| Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-------|------------|-------------------|---------|-----------------|-------------------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углевод ы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ <small>пшено, вода питьевая, молоко сухое цельное 25% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое</small> | 155 | 10,78 | 5,2 | 6,5 | 24,0 | 180 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>молоко пастер.</small> | 180 | 17,45 | 5,3 | 4,6 | 8,8 | 99 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ <small>батон нарезной</small> | 50 | 5,04 | 2,5 | 0,6 | 24,2 | 112 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>хлеб пшеничный</small> | 40 | 2,57 | 2,2 | 0,3 | 18,1 | 84 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>масло сладко-сливочное несоленое</small> | 10 | 10,14 | 0,1 | 8,2 | 0,1 | 75 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) <small>сыр российский</small> | 10 | 5,62 | 2,3 | 3,0 | 0,0 | 36 |
| ФРУКТ <small>яблоки</small> | 180 | 40,91 | 0,5 | 0,7 | 18,2 | 81 |
| Итого | | 92,51 | 18,1 | 23,9 | 93,4 | 667 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ <small>масло подсолнечное рафинированное, огурцы грунтовые, капуста белокачанная, морковь, томаты грунтовые, соль йодированная</small> | 80 | 12,82 | 0,9 | 2,7 | 3,1 | 40 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ ОТВАРНЫМ <small>говядина б/к, петрушка (зелень), картофель, макаронные изделия высш сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая</small> | 220 | 27,00 | 5,8 | 5,3 | 15,3 | 132 |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ <small>рыба минтай филе, вода питьевая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, лимонная кислота, сахар песок, соль йодированная</small> | 130 | 41,57 | 14,5 | 6,5 | 3,6 | 131 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ <small>картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая</small> | 170 | 17,98 | 3,3 | 6,4 | 26,5 | 177 |
| СОК ФРУКТОВЫЙ <small>сок виноградный</small> | 200 | 9,25 | 0 | 0 | 24 | 96 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной</small> | 47 | 3,04 | 1,4 | 0,3 | 19,5 | 86 |
| Итого | | 111,66 | 25,9 | 21,2 | 92 | 662 |
| Всего | | 204,17 | 44 | 45,1 | 185,4 | 1 329 |

Медицинская сестра _____ И.В. Воликова

Зав. производством (шеф-повар) _____ Е.Н. Карафизи

Утверждаю

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



МЕНЮ
22 апреля 2024 г.

12-18 лет

| Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ пшено, вода питьевая, молоко сухое цельное 25% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое | 200 | 17,30 | 6,6 | 10,8 | 30,3 | 245 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ молоко пастер. | 180 | 17,45 | 5,3 | 4,6 | 8,8 | 99 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ батон нарезной | 63 | 6,30 | 3,2 | 0,8 | 30,4 | 141 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ хлеб пшеничный | 60 | 3,82 | 3,3 | 0,5 | 26,8 | 125 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое | 10 | 10,14 | 0,1 | 8,2 | 0,1 | 75 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) сыр российский | 20 | 10,69 | 4,6 | 6,0 | 0,0 | 76 |
| ФРУКТ яблоки | 180 | 40,91 | 0,5 | 0,7 | 18,2 | 81 |
| Итого | | 106,61 | 23,6 | 31,6 | 114,6 | 842 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ капуста белокочанная, соль йодированная, морковь, огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированное, томаты грунтовые | 80 | 13,29 | 0,9 | 2,8 | 3,1 | 41 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ ОТВАРНЫМ говядина б/к, петрушка (зелень), картофель, макаронные изделия высш. сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая | 250 | 32,16 | 6,0 | 6,4 | 17,6 | 152 |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ рыба минтай филе, вода питьевая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, лимонная кислота, сахар песок, соль йодированная | 150 | 64,32 | 15,9 | 8,7 | 4,7 | 161 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая | 150 | 20,12 | 2,9 | 5,7 | 23,3 | 156 |
| СОК ФРУКТОВЫЙ сок виноградный | 200 | 9,25 | 0,0 | 0,0 | 24,0 | 96 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной | 73 | 4,70 | 2,1 | 0,5 | 30,1 | 134 |
| Итого | | 143,84 | 27,8 | 24,1 | 102,8 | 740 |
| Всего | | 250,45 | 51,4 | 55,7 | 217,4 | 1 582 |

Медицинская сестра _____ И.В. Воликова

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