

Утверждаю

Директор  
КГКОУ Школа 4  
/О.И.Лебедева/

**МЕНЮ**  
23 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	18,63	6,2	9,7	20,4	194
<b>ФАСОЛЬ ОВОЩНАЯ ОТВАРНАЯ</b> фасоль (стручок), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	50	18,62	1,3	3,1	1,6	38
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай: черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15	1,72	0,2	0,1	15,0	60
<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ</b> батон нарезной	49	4,93	2,5	0,6	23,6	110
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ</b> хлеб пшеничный	41	2,63	2,3	0,3	18,5	86
<b>ФРУКТ</b> банан	163	59,81	2,5	0,8	34,3	154
<b>Итого</b>		106,33	15,0	14,6	113,4	642
<b>Обед</b>						
<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ</b> соль йодированная, свекла, масло подсолнечное рафинированное	80	11,33	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	26,31	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	49,02	11,5	8,9	8,4	161
<b>СОУС СМЕТАННЫЙ</b> мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная	30	2,08	0,3	1,1	1,8	18
<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	150	23,74	2,8	6,3	16,9	136
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок виноградный	200	12,02	0	0	24	96
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной	49	3,10	1,4	0,3	19,9	88
<b>Итого</b>		127,60	24,6	28,5	92,1	725
<b>Всего</b>		233,93	39,6	43,1	205,5	1 367

Медицинская сестра

И.В. Воликова

Зав. производством (шеф-повар)

Е.Н. Карафизи

Утверждаю

Директор  
КГКОУ Школа 4  
/О.И.Лебедева/

## МЕНЮ

23 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	25,30	8,6	12,6	23,1	240
<b>ФАСОЛЬ ОВОЩНАЯ ОТВАРНАЯ</b> фасоль (стручок), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	45	16,76	1,2	2,9	1,4	35
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15	1,72	0,2	0,1	15,0	60
<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ</b> батон нарезной	61	6,10	3,0	0,7	29,1	135
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ</b> хлеб пшеничный	62	4,00	3,4	0,5	28,1	131
<b>ФРУКТ</b> банан	136	49,90	2,0	0,7	28,6	129
<b>Итого</b>		103,78	18,4	17,5	125,3	730
<b>Обед</b>						
<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ</b> соль йодированная, свекла, масло подсолнечное рафинированное	80	11,33	1,1	4,9	6,6	75
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И МЯСОМ ОТВАРНЫМ</b> говядина б/к, картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, петрушка (зелень), соль йодированная	250	30,40	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	52,35	11,8	11,0	10,4	131
<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	28,48	3,4	9,6	20	180
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> сок виноградный	200	9,25	0	0	24	96
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной	72	4,62	2,1	0,5	29,6	131
<b>Итого</b>		136,43	26,5	33,5	107,7	839
<b>Всего</b>		240,21	44,9	51,0	233,0	1569

Медицинская сестра

И.В. Воликова

Зав. производством (шеф-повар)

Е.Н. Карафизы