Утверждаю

Директор
КГКОУ Школа 4
_____ /О.И.Лебедева/

МЕНЮ
22 декабря 2023 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ, СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ творог 9,0% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, виноград сушеный (изюм), ванилин, масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, сметана 15% жирности, соль йодированная, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	180	67,87	19,8	14,4	54,4	429
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,03	0,1		15,4	62
БАТОН НАРЕЗНОЙ батон нарезной	52	4,30	2,6	0,6	24,7	115
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ хлеб пшеничный	43	2,41	2,4	0,3	19,3	90
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ печенье сахарное мука высш.сорт	30	7,48	2,3	3,1	23,2	130
ФРУКТ яблоки	215	22,13	0,6	0,9	21,7	97
Итого		108,21	27,8	19,3	158,7	923
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) капуста белокочанная, яблоки, морковь, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок, лимонная кислота, соль йодированная	80	6,40	0,8	3,1	8,8	67
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ ОТВАРНЫМ свекла, говядина б/к, морковь, лук репчатый, соль йодированная, картофель, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, сахар песок, петрушка (зелень), сметана 15% жирности, вода питьевая	220	17,17	5,4	6,4	13,7	133
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ говяжья печень, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое, сметана 15% жирности, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста	90	22,98	14,3	9,6	4,7	164
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль йодированная, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	150	6,37	2,5	4,4	30,9	173
СОК ФРУКТОВЫЙ сок виноградный	200	9,77			24,9	100
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной	51	2,84	1,5	0,4	20,8	92
Итого		65,53	24,5	23,9	103,8	729
Всего		173,74	52,3	43,2	262,5	1652

Медицинская сестра _____ И.В. Воликова

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

Утверждаю

Директор
КГКОУ Школа 4
_____/О.И.Лебедева/

МЕНЮ
22 декабря 2023 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ, СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ творог 9,0% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, виноград сушеный (изюм), ванилин, масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, сметана 15% жирности, соль йодированная, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	220	86,80	26,4	19,2	56,2	503
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,21	0,1		15,6	63
БАТОН НАРЕЗНОЙ батон нарезной	56	4,66	2,8	0,7	26,8	125
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ хлеб пшеничный	64	3,57	3,5	0,5	28,7	134
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ печенье сахарное мука высш.сорт	30	7,39	2,4	3,1	23,4	131
ФРУКТ яблоки	224	24,92	0,7	0,9	22,7	101
Итого		131,53	35,9	24,4	173,4	1057
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) капуста белокочанная, яблоки, морковь, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок, лимонная кислота, соль йодированная	100	7,80	1,3	5,3	9,6	91
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ ОТВАРНЫМ петрушка (зелень), говядина б/к, морковь, лук репчатый, соль йодированная, свекла, картофель, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок, вода питьевая, томатная паста, сметана 15% жирности	275	20,69	6	7,9	17,2	161
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ говяжья печень, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое, сметана 15% жирности, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста	100	45,98	19,8	10,8	4,3	198
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль йодированная, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	190	8,13	3,1	5,2	37,4	210
СОК ФРУКТОВЫЙ сок виноградный	200	9,70			25,2	101
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной	74	4,12	2,1	0,5	30,1	134
Итого		96,41	32,3	29,7	123,8	895
Всего		227,94	68,2	54,1	297,2	1952

Медицинская сестра _____ И.В. Воликова

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