



Утверждаю

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

МЕНЮ

15 марта 2024 г.

7-11 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	155	13,24	5,2	6,5	24	180
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ молоко пастер.	180	18,52	5,3	4,6	8,8	99
БАТОН НАРЕЗНОЙ батон нарезной	51	5,07	2,5	0,6	24,3	113
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ хлеб пшеничный	42	2,70	2,3	0,3	19	89
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	10	10,14	0,1	8,2	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ) сыр российский	10	7,49	2,3	2,9		36
ФРУКТ банан	101	36,94	1,5	0,5	21,1	95
Итого		94,11	19,2	23,6	97,3	687
Обед						
САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ масло подсолнечное рафинированное, огурцы грунтовые, капуста белокачанная, морковь, томаты грунтовые, соль йодированная	80	13,00	0,9	2,6	3	40
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	220	21,82	5,8	5,2	15,5	132
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	130	49,19	12,4	5,9	3,7	118
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	170	17,97	3,2	6,4	26,5	177
СОК ФРУКТОВЫЙ сок виноградный	200	9,25			24	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной	49	3,15	1,4	0,3	20,2	90
Итого		114,38	23,7	20,4	92,9	653
Всего		208,49	42,9	44	190,2	1340

Медицинская сестра

И.В. Воликова

Зав. производством (шеф-повар)

Е.Н. Карафиза

Утверждаю



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

МЕНЮ
15 марта 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 <small>пшено, вода питьевая, молоко сухое цельное 25% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое</small>	200	17,34	6,7	10,9	30,4	246
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>молоко пастер.</small>	180	18,52	5,3	4,6	8,8	99
БАТОН НАРЕЗНОЙ <small>батон нарезной</small>	60	6,00	3	0,7	28,8	134
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>хлеб пшеничный</small>	64	4,07	3,5	0,5	28,6	134
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>масло сладко-сливочное несоленое</small>	10	10,14	0,1	8,2	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ) <small>сыр российский</small>	20	14,95	4,6	6		76
ФРУКТ <small>банан</small>	101	36,94	1,5	0,5	21,1	95
Итого		107,96	24,7	31,4	117,8	859
Обед						
САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ <small>капуста белокочанная, соль йодированная, морковь, огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированное, томаты грунтовые</small>	80	12,61	0,9	2,7	2,9	41
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>	250	32,92	6,1	6,3	17,6	152
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>	150	56,08	13,8	8,2	4,7	147
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ <small>картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая</small>	150	22,02	2,8	5,6	23,4	156
СОК ФРУКТОВЫЙ <small>сок виноградный</small>	200	9,25			24	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной</small>	73	4,65	2,1	0,5	29,8	132
Итого		137,53	25,7	23,3	102,4	724
Всего		245,49	50,4	54,7	220,2	1583

Медицинская сестра _____

И.В. Воликова

Зав. производством (шеф-повар) _____

Е.Н. Карафиза