

Утверждаю

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



МЕНЮ
20 марта 2024 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, творог 9,0% жирности, ванилин, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, сметана 15% жирности, соль йодированная	200	87,32	26,4	21,2	44,6	475
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ молоко пастер.	180	19,21	5,5	4,8	9,1	102
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное	40	7,90	0,6	4,6	23,3	137
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ хлеб пшеничный	59	3,78	3,3	0,5	26,6	124
СЫР (ПОРЦИЯМИ) сыр российский	20	15,09	4,7	6		73
НАПИТОК "СНЕЖОК" 2,5% ЖИРНОСТИ напиток кисломолочный "снежок" 2,5% жирности	200	23,33	5,2	4,8	20,7	148
Итого		156,63	45,7	41,9	124,3	1059
Обед						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОР) томаты грунтовые	80	17,09	0,9	0,2	3,1	17
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности	250	14,42	2	4,5	15,8	112
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ рыба минтай филе, морковь, лук репчатый, батон нарезной, яйца куриные (шт.), молоко сухое цельное 25% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная	100	39,55	12,3	5,1	6,8	122
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко сухое цельное 25% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	180	23,23	3,8	5,8	25,7	170
СОК ФРУКТОВЫЙ сок виноградный	200	9,25			24	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной	73	4,65	2,1	0,5	29,8	132
Итого		108,19	21,1	16,1	105,2	649
Всего		264,82	66,8	58	229,5	1708

Медицинская сестра

И.В. Воликова

Зав. производством (шеф-повар)

Е.Н. Карафизи

Утверждаю

И.о. директора

КГКОУ Школа 4

/О.В. Куликова/

МЕНЮ

20 марта 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, творог 9,0% жирности, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), сахар песок, ванилин, сметана 15% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сухари пашировочные, соль йодированная	160	76,69	21,4	17,4	37,4	392
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ молоко пастер.	180	19,21	5,5	4,8	9,1	102
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное	40	7,90	0,6	4,6	23,4	137
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ хлеб пшеничный	50	3,22	2,8	0,4	22,7	106
СЫР (ПОРЦИЯМИ) сыр российский	15	11,28	3,5	4,4		54
НАПИТОК "СНЕЖОК" 2,5% ЖИРНОСТИ напиток кисломолочный "снежок" 2,5% жирности	180	19,59	4,7	4,3	18,6	133
Итого		137,89	38,5	35,9	111,2	924
Обед						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОР) томаты грунтовые	60	12,95	0,7	0,1	2,3	13
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности	200	12,84	1,7	3,6	12,8	89
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ рыба минтай филе, морковь, лук репчатый, батон нарезной, яйца куриные (шт.), молоко сухое цельное 25% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная	90	34,72	8,4	5,3	6,3	107
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко сухое цельное 25% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	180	17,42	3,8	5,8	25,7	170
СОК ФРУКТОВЫЙ сок виноградный	200	9,25			24	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной	50	3,22	1,5	0,4	20,6	92
Итого		90,40	16,1	15,2	91,7	567
Всего		228,30	54,6	51,1	202,9	1491

Медицинская сестра

И.В. Воликова

Зав. производством (шеф-повар)

Е.Н. Карафизы