

Утверждаю



Директор
КГКОУ Школа 4
/О.И.Лебедева/

МЕНЮ
2 мая 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ яйца куриные (шт.), молоко пастер., соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое	135	33,05	13,2	17,1	2,6	218
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ОТВАРНОЙ горошек зеленый консервы	30	6,85	0,9	0,1	1,9	12
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер.	135/50/15	6,19	1,6	1,2	17,3	87
БАТОН НАРЕЗНОЙ батон нарезной	51	5,07	2,5	0,6	24,4	113
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ хлеб пшеничный	40	2,59	2,2	0,3	18,2	85
ФРУКТ яблоки	200	45,46	0,6	0,8	20,2	90
Итого		99,21	21,0	20,1	84,6	605
Обед						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ огурцы грунтовые	60	15,25	0,5	0,1	1,5	8
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ СВАРНЫМ говядина б/к, петрушка (зелень), капуста белокочанная, картофель, морковь, перец красный сладкий, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая	215	23,45	5,4	9,8	7,3	139
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ рыба минтай филе, соль йодированная, батон нарезной, молоко сухое цельное 25% жирности, лук репчатый, вода питьевая, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное	90	28,81	8,1	9,9	13,3	175
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, морковь, лук репчатый, укроп, томатная паста, сахар песок, соль йодированная, петрушка (зелень), лимонная кислота	30	4,59	0,3	2,2	2,1	29
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	150	12,79	2,9	5,2	31,5	185
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ (ИЗЮМ) виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	180	9,41	0,4	0,1	24,6	101
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной	48	3,06	1,4	0,3	19,6	87
Итого		97,36	19,0	27,6	99,9	724
Всего		196,57	40,0	47,7	184,5	1 329

Медицинская сестра _____ И.В. Воликова

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



Утверждаю

Директор
КГКОУ Школа 4
/О.И.Лебедева/

МЕНЮ

2 мая 2024 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>яйца куриные (шт.), молоко пастер., соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое</small>	150	40,31	14,3	21,8	2,8	266
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ОТВАРНОЙ <small>горошек зеленый консервы</small>	50	11,41	1,5	0,1	3,2	19
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер.</small>	135/50/15	6,19	1,6	1,2	17,3	87
БАТОН НАРЕЗНОЙ <small>батон нарезной</small>	62	6,20	3,1	0,7	29,6	138
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>хлеб пшеничный</small>	61	3,89	3,3	0,5	27,3	128
ФРУКТ <small>яблоки</small>	200	45,46	0,6	0,8	19,6	89
Итого		113,46	24,4	25,1	99,8	726
Обед						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ <small>огурцы грунтовые</small>	80	20,35	0,6	0,1	2,0	11
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ ОТВАРНЫМ <small>говядина б/к, петрушка (зелень), капуста белокочанная, картофель, морковь, перец красный сладкий, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая</small>	250	32,34	5,7	7,1	8,3	120
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ С ОВОЩАМИ <small>рыба минтай филе, батон нарезной, молоко сухое цельное 25% жирности, лук репчатый, вода питьевая, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, укроп, томатная паста, сахар песок, петрушка (зелень), лимонная кислота</small>	120	33,40	8,1	11,5	15,2	197
РИС ОТВАРНОЙ <small>крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая</small>	180	12,79	3,5	6,3	37,8	222
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ (ИЗЮМ) <small>виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая</small>	200	10,46	0,5	0,1	27,4	112
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной</small>	70	4,49	2,0	0,5	28,7	128
Итого		113,83	20,4	25,6	119,4	790
Всего		227,29	44,8	50,7	219,2	1 516

Медицинская сестра _____ И.В. Воликова

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