

Утверждаю

Директор
КГКОУ Школа 4
/О.И.Лебедева/

МЕНЮ

3 мая 2024 г.

7-11 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко сухое цельное 25% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	160	15,56	4,5	10,7	22	202
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ молоко пастер	180	17,54	5,3	4,6	8,8	99
БАТОН НАРЕЗНОЙ батон нарезной	50	5,00	2,5	0,6	24,0	112
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ хлеб пшеничный	40	2,55	2,2	0,3	17,9	84
СЫР (ПОРЦИЯМИ) сыр российский	15	8,43	3,4	4,4	0,0	54
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ конфеты с помадными корпусами	20	10,00	0,0	1,4	16,6	79
ФРУКТ банан	146	53,66	2,2	0,7	30,7	138
Итого		112,34	20,1	22,7	120	768
Обед						
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ рыба сельдь атлантическая среднесоленая филе, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	60	13,19	5,5	7,3	1,9	95
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ петрушка (зелень), капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, сметана 15% жирности	200	9,47	1,7	4,8	8,9	84
ГУЛЯШ говядина б/к, масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная	90	63,33	14,3	11,3	2,6	170
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко сухое цельное 25% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	180	16,76	3,8	5,8	25,7	171
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	200	5,85	0,0	0,0	28,2	113
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной	47	3,01	1,4	0,3	19,3	86
Итого		111,61	26,7	29,5	86,6	719
Всего		223,95	46,8	52,2	206,6	1 487

Медицинская сестра _____ И.В. Воликова

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

Утверждаю



Директор
КГКОУ Школа 4
Ю.И.Лебедева/

МЕНЮ
3 мая 2024 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко сухое цельное 25% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	200	19,45	5,3	8,4	20,3	179
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ молоко пастер.	180	17,54	5,3	4,6	8,8	99
БАТОН НАРЕЗНОЙ батон нарезной	61	5,09	3,1	0,7	29,3	136
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ хлеб пшеничный	60	3,37	3,3	0,5	27,1	126
СЫР (ПОРЦИЯМИ) сыр российский	20	15,04	4,6	5,9		72
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ конфеты с помадными корпусами	25	12,50		1,7	20,1	96
ФРУКТ банан	146	53,66	2,2	0,7	30,7	138
Итого		126,65	23,8	22,5	136,3	846
Обед						
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ рыба сельдь атлантическая среднесоленая филе, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	80	17,85	7,1	8	2,4	110
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый, консерв. з., масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, петрушка (зелень)	250	9,02	1,8	5,1	10,8	96
ГУЛЯШ говядина б/к, масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная	100	72,61	15,6	12,8	2,9	190
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко сухое цельное 25% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	180	18,29	3,8	5,8	25,7	170
КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	200	5,85			28,3	113
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной	74	4,74	2,2	0,5	30,4	135
Итого		128,36	30,5	32,2	100,5	814
Всего		255,01	54,3	54,7	236,8	1 660

Медицинская сестра _____ И.В. Воликова

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