Утверждаю

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

МЕНЮ
18 января 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский	125	22,55	6,3	9,9	20,5	195
ФАСОЛЬ ОВОЩНАЯ ОТВАРНАЯ фасоль (стручок), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	50	18,63	1,3	3,1	1,7	38
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15	1,99	0,2	0,1	15	60
БАТОН НАРЕЗНОЙ батон нарезной	42	4,20	2,1	0,5	20,1	93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ хлеб пшеничный	40	2,56	2,2	0,3	17,9	83
ФРУКТ яблоки	206	46,81	0,6	0,8	20,8	93
Итого		96,74	12,7	14,7	96	562
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ соль йодированная, свекла, масло подсолнечное рафинированое	80	6,77	1,2	4,6	6,6	72
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И МЯСОМ ОТВАРНЫМ говядина б/к, соль йодированная, петрушка (зелень), картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая	220	30,25	7,5	7	14,5	151
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ говядина б/к, батон нарезной, молоко пастер. , лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная	90	50,59	11,6	9	9,2	164
СОУС СМЕТАННЫЙ мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная	30	2,35	0,2	1,2	1,6	17
РАГУ ОВОЩНОЕ (1 ВАРИАНТ) картофель, морковь, капуста белокочанная, лук репчатый, горошек зеленый консервы, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, петрушка (зелень), томатная паста, сахар песок, соль йодированная	155	28,60	2,9	6,3	17,4	139
СОК ФРУКТОВЫЙ сок виноградный	200	9,25			24	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной	50	3,20	1,4	0,3	20,4	90
Итого		131,01	24,8	28,4	93,7	729
Всего		227,75	37,5	43,1	189,7	1291

Медицинская сестра _____ И.В. Воликова

Зав. производством (шеф-повар) _____ А.А.Толмачева

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 января 2024 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский	155	31,51	8,6	12,8	23,1	243
ФАСОЛЬ ОВОЩНАЯ ОТВАРНАЯ фасоль (стручок), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	45	17,08	1,2	2,9	1,5	36
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15	1,99	0,2	0,1	15	60
БАТОН НАРЕЗНОЙ батон нарезной	60	6,00	3	0,7	29	135
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ хлеб пшеничный	60	3,84	3,3	0,5	27,2	127
ФРУКТ яблоки	208	47,17	0,6	0,8	21	94
Итого		107,59	16,9	17,8	116,8	695
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ соль йодированная, свекла, масло подсолнечное рафинированое	80	6,77	1,2	4,7	6,6	73
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И МЯСОМ ОТВАРНЫМ говядина б/к, картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, петрушка (зелень), соль йодированная	250	30,83	8,1	7,5	17,1	169
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ говядина б/к, батон нарезной, молоко пастер. , лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности	120	53,01	11,9	11,1	10,3	188
РАГУ ОВОЩНОЕ (1 ВАРИАНТ) картофель, морковь, капуста белокочанная, лук репчатый, горошек зеленый консервы, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, петрушка (зелень), томатная паста, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое	183	25,87	3,5	9,7	20,5	183
СОК ФРУКТОВЫЙ сок виноградный	200	9,25			24	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной	75	4,80	2,2	0,5	30,9	137
Итого		130,53	26,9	33,5	109,4	846
Всего		238,12	43,8	51,3	226,2	1541

Медицинская сестра _____ И.В. Воликова

Зав. производством (шеф-повар) _____ А.А.Толмачева