Утверждаю

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

МЕНЮ

29 января 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, крупа рисовая, вода питьевая, сахар песок, молоко сухое цельное 25% жирности	155	12,93	3,4	6	21,9	155
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200	1,83			14,6	58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ хлеб пшеничный	49	3,14	2,7	0,4	22,1	103
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	10	10,14	0,1	8,2	0,1	75
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "ЙОГУРТ" 2,5% ЖИРНОСТИ йогурт 2,5% жирности	200	27,27	5,6	5	9	104
Итого	614	55,31	11,8	19,6	67,7	495
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ томаты грунтовые, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое	60	11,61	0,6	3,7	2,2	44
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ОТВАРНЫМ говядина б/к, укроп, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьевая	220	33,61	5,9	5,6	15,8	137
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР куриная грудка филе, батон нарезной, яйца куриные (шт.), молоко пастер. , соль йодированная	90	40,21	10,2	8,7	7,9	149
КАПУСТА ТУШЕНАЯ капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, лимонная кислота, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист	160	21,65	3,6	3,8	16,2	119
СОК ФРУКТОВЫЙ сок виноградный	200	9,25			24	96
БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. , творог 9,0% жирности, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин, масло подсолнечное рафинированое	40	9,52	2,9	2,6	20	114
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной	49	3,14	1,4	0,3	20,1	90
Итого	819	128,99	24,6	24,7	106,2	749
Всего		184,30	36,4	44,3	173,9	1244

Медицинская сестра _____ И.В. Воликова

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

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 января 2024 г.

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ крупа рисовая, молоко сухое цельное 25% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная	200	15,17	4,3	6,6	27,5	187
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200	1,83			14,6	58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ хлеб пшеничный	60	3,84	3,3	0,5	27	126
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	10	10,14	0,1	8,2	0,1	75
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "ЙОГУРТ" 2,5% ЖИРНОСТИ йогурт 2,5% жирности	203	27,70	5,7	5,1	9,2	106
Итого	673	58,68	13,4	20,4	78,4	552
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ томаты грунтовые, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	80	15,48	0,7	4,9	3	59
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ОТВАРНЫМ говядина б/к, петрушка (зелень), картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьевая	250	35,12	6,2	6,3	17,8	153
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР куриная грудка филе, батон нарезной, яйца куриные (шт.), молоко пастер. , соль йодированная	100	45,04	11,2	9,6	8,4	164
КАПУСТА ТУШЕНАЯ капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, лимонная кислота, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист	180	24,67	4	4,5	17,9	128
СОК ФРУКТОВЫЙ сок виноградный	200	9,25			24	96
БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. , творог 9,0% жирности, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин, масло подсолнечное рафинированое	50	12,07	3,5	3,1	25,2	143
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной	70	4,48	2	0,5	28,7	127
Итого	930	146,11	27,6	28,9	125	870
Всего		204,79	41	49,3	203,4	1422

Медицинская сестра _____ И.В. Воликова

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