

# МЕНЮ

07. 11. 2022г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Свежий помидор	1/60	0,6	0,2	1,4	8,1
Суп гороховый	1/200	5,9	2,9	12	102
Гуляш из курицы	1\80	2,1	5,11	16,59	120,8
Макаронные изделия отварные	1/150	3,7	4,8	37	109
Компот из свежих плодов и ягод	1\200	0,3	0,1	11,3	48
Хлеб	1./40	7,6	0,6	52,3	233

# МЕНЮ

08.11.2022г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Творог со сметаной	1\60	2,5	20	3,4	206
Суп рассольник с мясом	1\200	2,1	5,11	16,59	120,8
Плов из говядины	1/180	10	11	2,1	147
Какао с молоком	1\200	3,3	2,9	13,8	94
Хлеб	1\40	7,6	0,6	52,3	233

# МЕНЮ

«Утверждаю»  
Директор школы:  
*Чамбал А.К.*  
Чамбал А.К.

18..10. 2022г

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат «Винегрет»	1\60	0,7	3,7	3,6	51
Суп домашний	1\200	1,3	3,5	3,6	52
Жаркое по-домашнему	1\180	19,3	14,7	2,7	191
Сок натуральный	1\200	0	0,01	14	56
Хлеб	1\40	7,6	0,6	52,3	233

# МЕНЮ

«Утверждаю»  
Директор школы:  
*Чамбал А.К.*  
Чамбал А.К.

17.11. 2022г

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Яблоки	1\110	0,5	0,6	16	33
Суп – Харчо	1\200	5,5	1,8	9,8	128
Рыба, тушенная в томате с овощной	1\70	5,7	0,9	5,1	114
Картофельное пюре	1\150	3,8	4,1	31,4	178
Компот из свежих плодов и ягод	1\200	0,3	0,1	11,3	48
Хлеб	1\40	7,6	0,6	52,3	233

# МЕНЮ



«Утверждаю»  
Директор школы:  
Чамбал А.К.

15.11. 2022г

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат из капусты белокочанной	1\60	0,1	1,9	3,9	36
Суп рассольник с мясом	1\200	2,1	5,11	16,59	120,8
Плов из курицы	1\150	5,1	2,1	5	58
Кофейный напиток	1/200	0,2	1,4	2,9	28,1
Хлеб	1\40	7,6	0,6	52,3	233

# МЕНЮ



«Утверждаю»  
Директор школы:  
Чамбал А.К.

16.11. 2022г

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат из моркови с яблоками	1\60	0,7	3,7	3,6	51
Щи из свежей капусты	1/200	1,3	3,5	3,6	52
Сосиски молочные	1/70	14	12,1	2	81
Каша пшеничная рассыпчатая	1./150	8,9	8,5	35	181
Кисель витаминный	1/200	0,2	0,2	14,8	102
Хлеб	1\40	7,6	0,6	52,3	233

# МЕНЮ

«Утверждаю»

Директор школы:

*А.К. Чамбал* Чамбал А.К.

11.11. 2022г

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Огурцы свежие	1/60	1,1	0,2	3,8	24
Борщ из свежей капусты	1\200	1,6	3,6	8	71
Сосиски молочные	1/.70	14	12,1	2	81
Картофельное пюре	1/150	3,8	4,1	31,4	178
Сок натуральный	1/200	0	0,01	14	56
Хлеб	1\40	7,6	0,6	52,3	233

«Утверждаю»

Директор школы:

*А.К. Чамбал* Чамбал А.К.

14. 11. 2022г

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Творог со сметаной	1\60	2,5	20	3,4	206
Суп гороховый	1/200	5,9	2,9	12	102
Птица в соусе с томатом	1\60	15	8,1	1,3	147
Макаронные изделия отварные	1/150	3,7	4,8	37	109
Какао с молоком	1\200	3,3	2,9	13,8	94
Хлеб	1\40	7,6	0,6	52,3	233

# МЕНЮ



09.11. 2022г

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат из капусты белокочанной	1./60	0,1	1,9	3,9	36
Суп домашний	1\200	1,3	3,5	3,6	52
Птица в соусе с томатом	1\60	15	8,1	1,3	147
Каша пшенная рассыпчатая	1./150	8,9	8,5	35	181
Кофейный напиток	1/200	0,2	1,4	2,9	28,1
Хлеб	1\40	7,6	0,6	52,3	233

# МЕНЮ



10.11. 2022г

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Мандарин	1/40	1,04	0,26	9,75	49,4
Уха рыбацкая	1\200	5,5	1,8	9,8	128
Рыба, тушенная в томате с овощной	1\70	5,7	0,9	5,1	114
Каша гречневая	1/150	5,4	5,7	9,8	173
Кисель витаминный	1/200	0,2	0,2	14,8	102
Хлеб	1\40	7,6	0,6	52,3	233