

# Меню

15.12.2022г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Яйцо вареное	1\40	4	4,6	0,28	63
Суп – Харчо	1\200	5,5	1,8	9,8	128
Рыба тушеная	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

16.12.2022г



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

12.12. 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

13.12. 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
Соосики 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

09.12.2022г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат из морковью с изюмом	1/60	1,3	3,2	6,6	61
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

# Меню

11.12.2022г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат из свеклы с чесноком	1\60	0,8	1,7	2,8	1,2
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



«Утверждено»  
Директор школы:  
Чамбал А.К.

07.12.2022г

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат из капусты белокочанной	1\200	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 пшеничная 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



«Утверждено»

Директор школы:  
Чамбал А.К.

08.12.2022г

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Дйцо вареное	1/40	4	4,6	0,28	63
Уха рыбацкая	1\200	5,5	1,8	9,8	128
Рыба тушеная	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

# Меню

05.12.2022г



«Утверждано»  
 Директор школы:  
 С.Владимирская  
 Чамбал А.К.

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

06.12.2022г



«Утверждано»  
 Директор школы:  
 С.Владимирская  
 Чамбал А.К.

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат «Витаминный»	1\60	0,8	1,9	3,9	61
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