

Меню

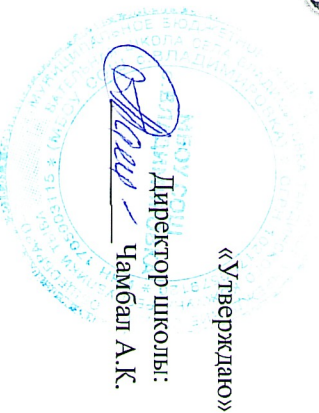
19.12. 2022г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат «Винегрет»	1/60	0,7	3,7	3,6	51
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
Чай с лимоном	1\200	0,4	0,1	14,5	62
Хлеб	1\40	7,6	0,6	52,3	233

Меню

20.12. 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 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

21.12.2022г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат из свеклы с грецким орехом	1/60	4,5	11,9	11,8	172,9
Суп домашний	1\200	1,3	3,5	3,6	52
Капуста тушенная	1/150	6,4	7,8	7,9	108
Кофейный напиток	1/200	0,2	1,4	2,9	28,1
Хлеб	1, /40	7,6	0,6	52,3	233

Меню

22.12.2022г



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

Меню

23.12. 2022г



Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат из морковью и 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

26.12. 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	2,59	2,41	18,78	107,6
Гуляш из курицы	1\80	2,1	5,11	16,59	120,8
Макаронные изделия отварные	1/150	3,7	4,8	37	109
Чай с лимоном	1\200	0,4	0,1	14,5	62
Хлеб	1\40	7,6	0,6	52,3	233

Меню

27.12.2022г



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

28.12.2022г



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
Сосиски молочные	1/70	14	12,1	2	81
Каша пшениная 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:
Чамбал А.К.

29.12. 2022г

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат из свекла с грецким орехом	1/60	4,5	11,9	11,8	172,9
Суп – Харчо	1\200	5,5	1,8	9,8	128
Котлеты из говядины	1\70	5,6	9,2	10,2	164
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