

Меню



«Утверждено»

Директор школы:
Чамбап А.К.

17.04.2023г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углеводы
Свежий помидор	1./60	65	0,6	0,2	1,4
Суп гороховый	1/200	102	5,9	2,9	12
Гуляш из говядины	1\60	65	1,8	1,7	0
Макаронные изделия отварные	1/150	109	3,7	4,8	37
Компот из сухофруктов	1\200	98	0,6	0,1	20,1
Хлеб	1./40	195	7,6	0,6	52,3

Меню



«Утверждено»

Директор школы:
Чамбап А.К.

18.04.2023г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углеводы
Салат из капусты белокочанной	1./60	87	0,1	1,9	3,9
Суп рассольник с мясом	1\200	146	2,1	5,11	16,59
Плов из курицы	1\180	104	5,1	2,1	5,3
Какао с молоком	1\200	154	3,3	2,9	13,8
Хлеб	1\40	195	7,6	0,6	52,3

Меню



19.04. 2023г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углеводы
Огурцы свежие	1\60	66	1,1	0,2	3,8
Щи из свежей капусты	1/200	92	1,3	3,5	3,6
Котлеты из говядины	1/.70	147	5,6	9,2	10,2
Каша пшенная рассыпчатая	1./150	103	8,9	8,5	35
Кисель витаминный	1/200	86	0,3	0,4	14,8
Хлеб	1\40	195	7,6	0,6	52,3

Меню



20.04. 2023г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углеводы
Салат «Рыбный»	1./60	72	3,2	12,3	0,06
Уха рыбацкая	1\200	128	5,5	1,8	9,8
Рыба тушеная	1\70	114	5,7	0,9	5,1
Каша гречневая	1/150	89	5,4	5,7	9,8
Напиток из шиповника	1/200	98	0,2	0,2	23,8
Хлеб	1\40	195	7,6	0,6	52,3

Меню



«Утверждаю»

Директор школы:

Чамбал А.К.

21.04. 2023г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углеводы
Салат из морковью с изюмом	1/60	69	1,3	3,2	6,6
Борщ из свежей капусты	1/200	81	1,6	3,6	8
Печень по - строгановский	1/60	99	9,4	7,4	3,9
Картофельное пюре	1/150	169	3,8	4,1	31,4
Чай с сахаром	1/200	75	1,7	0,5	29
Хлеб	1/40	195	7,6	0,6	52,3

Меню



«Утверждаю»

Директор школы:

Чамбал А.К.

24. 04. 2023г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углеводы
Салат из свеклы с чесноком	1\60	64	0,8	1,7	2,8
Суп гороховый	1/200	102	2,59	2,41	18,78
Гуляш из курицы	1\60	120	2,1	5,11	16,59
Макаронные изделия отварные	1/150	109	3,7	4,8	37
Кофейный напиток	1\200	76	0,2	1,4	2,9
Хлеб	1\40	195	7,6	0,6	52,3

Меню



25.04. 2023г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углеводы
Салат из моркови с яблоками	1\60	75	0,7	3,7	3,9
Суп рассольник с мясом	1\200	146	2,1	5,11	16,59
Плов из говядины	1\150	147	10	11	2,1
Чай с лимоном	1\200	71	0,4	0,1	14,5
Хлеб	1\40	195	7,6	0,6	52,3

Меню



26.04. 2023г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углеводы
Салат из свекла с грецким орехом	1/60	61	4,5	11,9	11,8
Щи из свежей капусты	1/200	92	1,3	3,5	3,6
Сосиски молочные	1/.70	81	14	12,1	2
Каша пшенная рассыпчатая	1./150	103	8,9	8,5	35
Компот из сухофруктов	1\200	98	0,6	0,1	20,1
Хлеб	1\40	195	7,6	0,6	52,3

Меню



27.04. 2023г

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Яйцо вареное	1\40	63	4	4,6	0,28
Суп – Харчо	1\200	112	5,5	1,8	9,8
Биточки рыбные	1\60	58	0,9	3	114
Каша гречневая	1/150	173	5,4	5,7	9,8
Чай с сахаром	1/200	75	1,7	0,5	29
Хлеб	1\40	195	7,6	0,6	52,3

Меню



28.04. 2023г

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Калл
Салат «Винегрет»	1./60	68	0,7	3,7	3,6
Суп домашний	1/200	115	1,3	3,5	3,6
Жаркое по-домашнему	1/180	191	19,3	14,7	2,7
Чай с лимоном	1\200	71	0,4	0,1	14,5
Хлеб	1\40	195	7,6	0,6	52,3