

# Меню



«Утверждаю»  
Директор школы:  
Чамбал А.К.

02.10.2023г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат «Оливье»	1\60	28	0,6	0,2	1,4
Суп гороховый	1/200	102	5,9	2,9	12
Гуляш из курицы	1./60	136	24,6	21,1	3,6
Макаронные изделия отварные	1/150	109	3,7	4,8	37
Компот из сухофруктов	1\200	84	0,6	0,1	20,1
Хлеб	1./40	233	7,6	0,6	52,3

# Меню



«Утверждаю»  
Директор школы:  
Чамбал А.К.

03.10.2023г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат «Винегрет»	1./60	51	0,7	3,7	3,6
Суп рассольник	1\200	120	2,1	5,11	16,59
Плов из курицы	1/180	147	10	11	2,1
Какао с молоком	1/200	94	3,3	2,9	13,8
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

# Меню



«Утверждаю»  
Директор школы:  
Чамбал А.К.

04.10. 2023г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат из морковью с изюмом	1./60	127	1,3	3,2	6,6
Суп домашний	1/200	52	1,3	3,5	3,6
Жаркое подомашнему	1/180	156	14,7	2,7	191
Кисель витаминный	1/200	102	0,2	0,2	14,8
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

# Меню



«Утверждаю»  
Директор школы:  
Чамбал А.К.

05. 10. 2023г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат «Рыбный»	1/60	54	3,2	12,3	0,06
Суп – Харчо	1\200	128	5,5	1,8	9,8
Биточки рыбные	1\70	95	5,7	0,9	5,1
Каша рисовая рассыпчатая	1\200	102	3,1	7,2	9,1
Напиток из шиповника	1/200	84	0,6	0,1	20
Хлеб	1/40	233	7,6	0,6	52,3

# Меню

06.10.2023г



«Утверждаю»

Директор школы:  
Чамбал А.К.

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат «Витаминный»	1./60	36	0,8	1,9	3,9
Борщ из свежей капусты	1\200	71	1,6	3,6	8
Котлеты из говядины	1/.60	141	5,6	9,2	10,2
Каша пшенная рассыпчатая	1./150	139	8,9	8,5	35
Кофейный напиток	1\200	28	0,2	1,4	2,9
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

# Меню

09. 10. 2023г



«Утверждаю»

Директор школы:  
Чамбал А.К.

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Творог со сметаной	1./60	73	2,5	20	3,4
Суп гороховый	1/200	102	5,9	2,9	12
Птица в соусе с томатом	1\60	93	15	8,1	1,3
Макаронные изделия отварные	1/150	109	3,7	4,8	37
Напиток из шиповника	1/200	84	0,6	0,1	20,1
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

# Меню



«Утверждаю»  
Директор школы:  
Чамбал А.К.

10.10. 2023г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат из свеклы с чесноком	1./60	32	0,8	1,7	2,8
Суп рассольник	1\200	120	2,1	5,11	16,59
Тефтели из говядины	1./60	98	9,2	10,2	5,2
Картофельное пюре	1/150	101	3,8	4,1	31,4
Какао с молоком	1\200	94	3,3	2,9	13,8
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

# Меню



«Утверждаю»  
Директор школы:  
Чамбал А.К.

11.10. 2023г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат «Овощной»	1./60	36	3,5	2,8	3,9
Щи из свежей капусты	1/200	52	1,3	3,5	3,6
Печень по - строгановский	1./60	99	9,4	7,4	3,9
Каша пшенная рассыпчатая	1./150	139	8,9	8,5	35
Кисель витаминный	1/200	102	0,2	0,2	14,8
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

# Меню



12.10. 2022г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углы
Огурцы свежие	1\40	27	1,1	0,2	3,8
Уха рыбацкая	1\200	83	5,5	1,8	9,8
Рыба, тушеная	1\70	92	5,7	0,9	5,1
Каша гречневая	1/150	173	5,4	5,7	9,8
Компот из курага	1/200	73	3,2	4,1	36
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

# Меню



13.10. 2022г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углы
Салат из моркови с яблоками	1./60	114	0,7	3,7	3,6
Суп домашний	1/200	1,3	3,5	3,6	52
Капуста тушеная	1/150	6,4	7,8	7,9	108
Сок натуральный	1/200	0	0,01	14	56
Хлеб	1\40	7,6	0,6	52,3	233