

Меню

13. 02. 2024г



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

| Наименование | Выход | Калл | Белки | Жиры | Угл-ды |
|------------------------|-------|------|-------|------|--------|
| Банан | 1/180 | 88 | 25,4 | 21,2 | 44,6 |
| Суп рассольник с мясом | 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 | 184 | 4,3 | 0,7 | 35 |

Меню

14.02.2024г



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

| Наименование | Выход | Калл | Белки | Жиры | Угл-ды |
|-----------------------|-------|------|-------|------|--------|
| Салат «Овощной» | 1\60 | 69 | 3,5 | 2,8 | 3,9 |
| Щи из свежей капусты | 1/200 | 52 | 1,3 | 3,5 | 3,6 |
| Жаркое по – домашнему | 1/180 | 156 | 14,7 | 2,7 | 191 |
| Кисель витаминный | 1/200 | 102 | 0,2 | 0,2 | 14,8 |
| Хлеб | 1\40 | 184 | 4,3 | 0,7 | 35 |

Меню



15.02. 2024г

| Наименование | Выход | Калл | Белки | Жиры | Угл-ды |
|----------------------------|-------|------|-------|------|--------|
| Мандарин | 1/100 | 58 | 22,4 | 29,1 | 4,1 |
| Суп – Харчо | 1\200 | 128 | 5,5 | 1,8 | 9,8 |
| Рыба тушеная | 1\70 | 83 | 4,3 | 2,3 | 4,9 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 1/150 | 173 | 5,4 | 5,7 | 9,8 |
| Напиток из шиповника | 1\200 | 84 | 0,6 | 0,1 | 20 |
| Хлеб | 1\40 | 184 | 4,3 | 0,7 | 35 |

Меню



16.02. 2024г

| Наименование | Выход | Калл | Белки | Жиры | Угл-ды |
|-----------------------------|-------|------|-------|------|--------|
| Салат из моркови с яблоками | 1\60 | 58 | 0,7 | 3,7 | 3,2 |
| Борщ из свежей капусты | 1\200 | 89 | 1,6 | 3,6 | 8 |
| Окорочка тушеная | 1./60 | 124 | 1,8 | 1,7 | 0 |
| Макаронные изделия отварные | 1/150 | 112 | 3,7 | 4,8 | 37 |
| Сок натуральный | 1/200 | 76 | 0 | 0,01 | 14 |
| Хлеб | 1\40 | 184 | 4,3 | 0,7 | 35 |

Меню



«Утверждаю»
Директор школы:
Чамбал А.К.

17.02. 2024г

| Наименование | Выход | Калл | Белки | Жиры | Угл-ды |
|----------------------------|-------|------|-------|------|--------|
| Салат из свеклы с чесноком | 1./60 | 66 | 0,8 | 1,7 | 2,8 |
| Суп домашний | 1/200 | 106 | 1,3 | 3,5 | 3,6 |
| Гуляш из курицы | 1\80 | 136 | 24,6 | 21,1 | 3,6 |
| Картофельное пюре | 1/150 | 101 | 3,8 | 4,1 | 31,4 |
| Чай с сахаром | 1\200 | 47 | 1,9 | 29 | 11 |
| Хлеб | 1\40 | 184 | 4,3 | 0,7 | 35 |

Меню



«Утверждаю»
Директор школы:
Чамбал А.К.

19. 02. 2024г

| Наименование | Выход | Калл | Белки | Жиры | Угл-ды |
|--------------------------------|-------|------|-------|------|--------|
| Свежий помидор | 1/60 | 49 | 0,6 | 0,2 | 1,4 |
| Суп гороховый | 1/200 | 102 | 5,9 | 2,9 | 12 |
| Запеканка из вермишели с яйцом | 1/100 | 203 | 10,3 | 6,6 | 2,1 |
| Компот из сухофруктов | 1\200 | 84 | 0,6 | 0,1 | 20,1 |
| Хлеб | 1\40 | 184 | 4,3 | 0,7 | 35 |

Меню



«Утверждаю»

Директор школы:

Чамбал А.К.

22.02. 2024г

| Наименование | Выход | Калл | Белки | Жиры | Угл-ды |
|----------------------------------|-------|------|-------|------|--------|
| Салат «Рыбный» | 1/60 | 103 | 3,2 | 12,3 | 0,06 |
| Уха рыбацкая | 1\200 | 83 | 5,5 | 1,8 | 9,8 |
| Рисовая запеканка из рыбы минтая | 1\70 | 132 | 4,3 | 2,3 | 4,9 |
| Компот из свежих плодов | 1/200 | 48 | 0,1 | 11,3 | 48 |
| Хлеб | 1\40 | 184 | 4,3 | 0,7 | 35 |

Меню



«Утверждаю»

Директор школы:

Чамбал А.К.

24.02. 2024г

| Наименование | Выход | Калл | Белки | Жиры | Угл-ды |
|-----------------------|-------|------|-------|------|--------|
| Свежий огурец | 1/60 | 24 | 1,1 | 0,2 | 3,8 |
| Суп домашний | 1\200 | 106 | 1,3 | 3,5 | 3,6 |
| Жаркое по - домашнему | 1\180 | 156 | 14,7 | 2,7 | 191 |
| Сок натуральный | 1/200 | 79 | 0 | 0,01 | 14 |
| Хлеб | 1/200 | 184 | 4,3 | 0,7 | 35 |

Меню



«Утверждаю»
Директор школы:
Чамбал А.К.

20.02.2024г

| Наименование | Выход | Калл | Белки | Жиры | Угл-ды |
|------------------------|-------|------|-------|------|--------|
| Салат «Винегрет» | 1/60 | 53 | 0,7 | 3,7 | 3,6 |
| Суп рассольник с мясом | 1\200 | 120 | 2,1 | 5,11 | 16,59 |
| Плов из говядины | 1/180 | 156 | 9,8 | 7,9 | 3,1 |
| Какао с молоком | 1\200 | 94 | 3,3 | 2,9 | 13,8 |
| Хлеб | 1\40 | 184 | 4,3 | 0,7 | 35 |

Меню



«Утверждаю»
Директор школы:
Чамбал А.К.

21.02.2024г

| Наименование | Выход | Калл | Белки | Жиры | Угл-ды |
|----------------------------|-------|------|-------|------|--------|
| Салат из морковью с изюмом | 1/60 | 55 | 1,3 | 3,2 | 6,6 |
| Щи из свежей капусты | 1/200 | 52 | 1,3 | 3,5 | 3,6 |
| Котлеты из говядины | 1/.60 | 141 | 5,6 | 9,2 | 10,2 |
| Каша пшеничная рассыпчатая | 1\150 | 139 | 8,9 | 8,5 | 35 |
| Кофейный напиток | 1\200 | 58 | 0,2 | 1,4 | 2,9 |
| Хлеб | 1\40 | 184 | 4,3 | 0,7 | 35 |