

# Меню



«Утверждаю»  
Директор школы:  
Чамбал А.К.

11.03.2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Творог со сметаной	1./60	86	2,5	20	3,4
Суп гороховый	1/200	102	5,9	2,9	12
Окорочка тушенная	1./60	157	1,8	1,7	0
Макаронные изделия отварные	1/150	79	3,7	4,8	37
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.

12.03.2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат «Витаминный»	1./60	42	0,8	1,9	3,9
Суп рассольник с мясом	1\200	120	2,1	5,11	16,59
Гуляш из говядины	1\80	138	13	16	3,5
Каша пшенная 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

# Меню



«Утверждаю»  
Директор школы:  
Чамбал А.К.

13.03. 2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат из свеклы с чесноком	1./60	89	0,8	1,7	2,8
Суп домашний	1/200	106	1,3	3,5	3,6
Капуста тушенная	1/150	149	6,4	7,8	7,9
Чай с лимоном	1\200	78	0,4	0,1	14,5
Хлеб	1\40	184	4,3	0,7	35

# Меню



«Утверждаю»  
Директор школы:  
Чамбал А.К.

14. 03. 2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Яйцо вареное	1 шт	82	4	4,6	0,28
Суп – Харчо	1\200	128	5,5	1,8	9,8
Биточки рыбные	1\70	105	4,3	2,3	4,9
Каша гречневая рассыпчатая	1/150	173	5,4	5,7	9,8
Напиток из шиповника	1\200	111	0,6	0,1	20
Хлеб	1\40	184	4,3	0,7	35

# Меню

15.03. 2024г



«Утверждаю»

Директор школы:

Чамбал А.К.

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Огурцы свежие	1./60	58	1,1	0,2	3,8
Щи из свежей капусты	1/200	109	1,3	3,5	3,6
Печень по - строгановский	1./60	119	9,4	7,4	3,9
Картофельное пюре	1/150	101	3,8	4,1	31,4
Сок натуральный	1\200	85	0	0,01	14
Хлеб	1\40	184	4,3	0,7	35

# Меню

16. 03. 2024г



«Утверждаю»

Директор школы:

Чамбал А.К.

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат из морковью с изюмом	1./60	92	1,3	3,2	6,6
Борщ из свежей капусты	1\200	89	1,6	3,6	8
Гуляш из курицы	1\80	136	24,6	21,1	3,6
Каша рисовая рассыпчатая	1\200	102	3,1	7,2	9,1
Компот из изюма	1/200	92	2,7	29	7,5
Хлеб	1\40	184	4,3	0,7	35

# Меню



«Утверждаю»  
Директор школы:  
Чамбал А.К.

18.03. 2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Свежий помидор	1./60	65	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.

19.03. 2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат «Винегрет»	1./60	84	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
Кофейный напиток	1\200	58	0,2	1,4	2,9
Хлеб	1\40	184	4,3	0,7	35

# Меню



«Утверждаю»

Директор школы:

Чамбал А.К.

20.03. 2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Мандарин	1/100	58	22,4	29,1	4,1
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 пшенная рассыпчатая	1./150	139	8,9	8,5	35
Чай с лимоном	1\200	78	0,4	0,1	14,5
Хлеб	1\40	184	4,3	0,7	35

# Меню



«Утверждаю»

Директор школы:

Чамбал А.К.

21.03. 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
Рыба, тушеная	1\70	92	5,7	0,9	5,1
Каша гречневая рассыпчатая	1/150	173	5,4	5,7	9,8
Компот из курага	1/200	73	3,2	4,1	36
Хлеб	1\40	184	4,3	0,7	35

# Меню



«Утверждаю»  
Директор школы:  
Чамбал А.К.

22.03. 2024

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат «Овощной»	1\60	57	3,5	2,8	3,9
Суп с вермишелью	1/200	96	6,4	9,8	7,9
Окорочка тушенная	1./60	157	1,8	1,7	0
Картофельное пюре	1/150	101	3,8	4,1	31,4
Сок натуральный	1/200	85	0	0,01	14
Хлеб	1\40	184	4,3	0,7	35

# Меню



«Утверждаю»  
Директор школы:  
Чамбал А.К.

23.03. 2024

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
Куриное котлеты	1\80	138	13	16	3,5
Каша рисовая рассыпчатая	1\200	102	3,1	7,2	9,1
Чай с сахаром	1\200	47	1,9	29	11
Хлеб	1\40	184	4,3	0,7	35