

Меню



«Утверждаю»
Директор школы:
Чамбал А.К.

16.10. 2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Огурцы свежие	1./60	24	1,1	0,2	3,8
Щи из свежей капусты	1/200	95	1,3	3,5	3,6
Плов из курицы	1/180	147	10	11	2,1
Кофейный напиток	1\200	103	0,2	1,4	2,9
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню



«Утверждаю»
Директор школы:
Чамбал А.К.

17.10. 2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Яйцо вареное	1шт	49	4	4,6	0,28
Суп - Харчо	1\200	110	5,5	1,8	9,8
Рыба ,тушенная в томате с овощами	1\100	92	5,7	0,9	5,1
Каша гречневая рассыпчатая	1/150	128	5,4	5,7	9,8
Напиток из шиповника	1\200	84	0,6	0,1	20
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню



18.10. 2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Банан	1/180	88	25,4	21,2	44,6
Борщ из свежей капусты	1\200	71	1,6	3,6	8
Окорочка тушенная	1./60	87	1,8	1,7	0
Картофельное пюре	1/150	101	3,8	4,1	31,4
Кисель витаминный	1/200	102	0,2	0,2	14,8
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню



19.10. 2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат из капусты белокочанной	1./60	36	0,8	1,9	3,9
Суп с крупой и фрикадельками	1\200	125	6,4	9,8	7,9
Куриное котлеты	1./80	138	13	16	3,7
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	233	7,6	0,6	52,3

Меню



«Утверждаю»
Директор школы:
Чамбал А.К.

21.10. 2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Свежий помидор	1./60	28	0,6	0,2	1,4
Суп рассольник	1\200	120	2,1	5,11	16,59
Гуляш из говядины	1./60	114	13	16	3,5
Каша пшеничная рассыпчатая	1./150	139	8,9	8,5	35
Чай с лимоном	1\200	62	0,4	0,1	14,5
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню



«Утверждаю»
Директор школы:
Чамбал А.К.

22.10. 2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Творог со сметаной	1\60	96	2,5	20	3,4
Щи из свежей капусты	1/200	52	1,3	3,5	3,6
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	233	7,6	0,6	52,3

Меню



23.10. 2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат из свеклы с чесноком	1\100	32	0,8	1,7	2,8
Суп гороховый	1\200	102	5,9	2,9	12
Котлеты из говядины	1\60	109	5,6	9,2	10,2
Макаронные изделия отварные	1\150	75	3,7	4,8	37
Сок натуральный	1\200	79	0	0,01	14
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню



24.10. 2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Яйцо вареное	1 шт	49	4	4,6	0,28
Уха рыбацкая	1\200	83	5,5	1,8	9,8
Биточки рыбные	1\70	79	4,3	2,3	4,9
Каша гречневая рассыпчатая	1\150	128	5,4	5,7	9,8
Напиток из шиповника	1\200	84	0,6	0,1	20
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню



Директор школы:
Чамбал А.К.

25.10. 2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат «Винегрет»	1./60	51	0,7	3,7	3,6
Суп домашний	1/200	106	1,3	3,5	3,6
Капуста тушенная	1/150	130	6,4	7,8	7,9
Компот из смеси сухофруктов	1\200	84	0,6	0,1	20,1
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню



Директор школы:
Чамбал А.К.

26.10. 2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат из моркови с изюмом	1./60	92	1,3	3,2	6,6
Борщ из свежей капусты	1\200	71	1,6	3,6	8
Жаркое по-домашнему	1/180	156	14,7	2,7	191
Чай с сахаром	1/200	56	1,9	29	11
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3