

Меню

16.12.2024г



Директор школы:
Чамбал А.К.

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Уг-л-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
Гуляш из курицы	1./80	105	5,1	1,4	120,8
Каша рисовая распычатая	1\150	102	3,1	7,2	9,1
Чай с лимоном	1\200	62	0,4	0,1	14,5
Хлеб	1./40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

17.12.2024г



Директор школы:
Чамбал А.К.

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Уг-л-ды
Банан	1./180	88	25,4	21,2	44,6
Суп гороховый	1/200	102	5,9	2,9	12
Тефтели из говядины	1./60	132	12	24	19
Каша пшенная распычатая	1./150	91	8,9	8,5	35
Напиток из шиповника	1\200	84	0,6	0,1	20
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3



21.12.2024г

Меню

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл. д-лы
Мандарин	1/100	58	0,7	3,7	3,2
Суп молочный рисовый	1/200	120	5,9	1,9	2,9
Канюста тушеная	1/150	125	6,4	7,8	7,9
Кисель витаминный	1/200	102	0,2	0,2	14,8
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3



20.12.2024г

Меню

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл. д-лы
Салат из моркови и яблок	1\60	58	0,7	3,7	3,2
Борщ из свежих капусты	1\200	71	1,6	3,6	8
Гуляш из говядины	1\80	94	13	16	3,5
Картофельное пюре	1\150	101	3,8	4,1	31,4
Сок натуральный	1/200	79	0	0,01	14
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл. ды
Яблоки	1/200	89	4,2	4,8	5,2
Суп рассольник	1/200	120	2,1	5,11	16,6
Куриное котлеты	1/80	98	13	16	3,5
Макаронные изделия отварные	1/150	75	3,7	4,8	37
Напиток из шиповника	1/200	84	0,6	0,1	20
Хлеб	1/40	233	7,6	0,6	52,3

23.12.2024г

«Утврждано»
М.В.У. Инспектор шкoлы:
Чамбаи А.К.



Меню

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл. ды
Теорет со сметаной	1/60	96	2,5	20	3,4
Латман с говяжьинной	1/200	65	7,7	8,1	9,7
Плов из курятины	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

24.12.2024г



Меню

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Мандарин	1/100	58	22,4	29,1	4,1
Уха рыбацкая	1/200	83	5,5	1,8	9,8
Биточки рыбные	1/70	79	4,3	2,3	4,9
Каша гречневая	1/150	128	5,4	5,7	9,8
Компот из облепихи	1/200	55	0,6	2,1	5,6
Хлеб	1/40	233	7,6	0,6	52,3



26.12.2024г

Меню

Директор школы:
Чамбаг А.К.

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат «Оливье»	1/60	121	0,6	0,2	1,4
Суп гороховый	1/200	102	5,9	2,9	12
Котлеты из говядины	1/60	109	5,6	9,2	10,2
Каша пшеничная	1/150	91	8,9	8,5	35
Сок натуральный	1/200	79	0	0,01	14
Хлеб	1/40	233	7,6	0,6	52,3



25.12.2024г

Меню

Директор школы:
Чамбаг А.К.

Меню



«Утежкано»
Директор школы:
Чамбал А.К.

28.12.2024г.

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат из моркови с луком	1/60	92	1,3	3,2	6,6
Суп картофельный с макаронами	1/200	98	1,3	1,43	1,52
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

Меню



«Утежкано»
Директор школы:
Чамбал А.К.

27.12.2024г.

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
Запеканка картофельная с мясом	1/150	114	1,33	9,09	2,8
Компот из смеси сухофруктов	1/200	84	0,6	0,1	20,1
Хлеб	1/40	233	7,6	0,6	52,3