



В.Н Коренков

от « 02.02.23 »

20 – ДНЕВНОЕ МЕНЮ

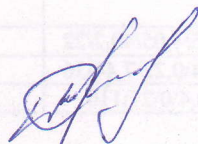
ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ

Март – Май 2023 г.

1 неделя		Пищевая/энерг етическая ценность Б/Ж/У(г)/ Эн.цен.(ккал)	2 неделя		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У(г)/ Эн.цен.(ккал)
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр		ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр	
Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	0,6/0/16,95/69	Фрукты в ассортименте(мандарин)	150	0,6/0/16,95/69
Щи с мясом и сметаной	200	6,4/6,2/7,6/111,2	Суп куриный с вермишелью	200	6,4/6,2/12,2/130,6
Плов с мясом	250	9,5/5,6/14,3/145,5	Гуляш	90	24,9/17,0/6,2/55,3
Хлеб пшеничный	20	1,14/0,22/7,44/36,	Рис отварной с маслом	150	7,2/5,1/33,9/210,3
Чай с сахаром и лимоном	200	0,2/0/15,56/63,2	Хлеб пшеничный	20	1,14/0,22/7,44/36,26
			Чай с сахаром	200	0,26/0/15,46/62
ВТОРНИК			ВТОРНИК		
Икра овощная	60	1,2/5,4/8,82/40,	Горошек консервированный	60	1,86/0,12/4,26
Суп рыбный с крупой	200	4,98/6,07/15/184	Суп картофельный с мясом	200	7,5/6,75/10,8/115,6
Курица запеченная с сыром	95	24,87/17,0/6,2/55,	Гуляш	90	9,5/5,6/14,3/145,5
Пюре из гороха с маслом	150	13,95/4,65/30,78/ 181,45	Макаронны отварные с маслом	150	7,2/5,1/33,9/210,3
Хлеб пшеничный	45	1,14/0,22/7,44/36,	Хлеб пшеничный	30	1,14/0,22/7,44/36,26
Кисель витаминизированный плодово-ягодный	200	0,2/0/15,56/63,2	Кисель витаминизированный плодово-ягодный	200	0,2/0/15,56/63,2
СРЕДА			СРЕДА		
Огурцы порционные	60	0,48/0,06/1,56/8,4	Маринад из моркови	60	1,12/4,27/2,28
Рассольник с мясом и сметаной	200	6,2/6,38/12,2/130	Суп гороховый	200	9,19/5,4/8/117,6
Филе птицы тушенное в сливочно – сырном соусе	90	9,5/5,6/14,3/145,5	Бефстроганов	90	16,54/15,6/14,45/208
Спагетти отварные с маслом	150	7,2/5,1/33,9/210,3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	6,45/4,05/40,2/223,6
Хлеб пшеничный	20	1,14/0,22/7,44/36,	Хлеб пшеничный	20	1,14/0,22/7,44/36,26
Компот из сухофруктов	200	0,2/0/11/44,8	Сок разливной	200	0,2/0/11/44,8
ЧЕТВЕРГ			ЧЕТВЕРГ		
Кукуруза консервированная	60	1,24/0,21/8,82/40	Фрукты в ассортименте(мандарин)	150	0,6/0/16,95/69
Свекольник с мясом и сметаной	200	5,88/8,17/25/17	Борщ с мясом и сметаной	200	11,25/7,17/25/170,8
Мясо тушеное	90	18/16/14,3/145,5	Рыба запеченная под сырно-овощной шапкой	90	24,36/10,36/14,3/145,5
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	8,64/12/40,2/223, 6	Рагу овощное с маслом	150	2,41/7,02/14,18/130,79
Хлеб пшеничный	20	1,14/0,22/7,44/36,	Хлеб пшеничный	45	1,14/0,22/7,44/36,26
Сок разливной	200	0,2/0/15,56/63,2	Чай с сахаром	200	0,2/0/14,69/61,8
ПЯТНИЦА			ПЯТНИЦА		
Фрукты в ассортименте(мандарин)	150	0,6/0/16,95/69	Огурцы порционные	60	0,48/0,06/8,82/40
Суп картофельный с мясом	200	7,5/6,75/10,8/115, 6	Суп куриный с рисом и томатом	200	11,25/7,17/25/170,8
Рыба тушеная с овощами	90	19,4/3,5/3,6/1,23	Жаркое с мясом	240	20,15/19,08/24,3/145,5
Рис отварной с маслом	150	6,45/4,05/40,2/22	Хлеб пшеничный	45	1,14/0,22/7,44/36,26
Хлеб пшеничный	45	1,14/0,22/7,44/36	Сок разливной	200	0,2/0/11/44
Чай с шиповником	200	0,4/0/27/110			

3 неделя		Пищевая/энерг ценность Б/Ж/У(г)/ Эн.цен.(ккал)	4 неделя		Пищевая/энерг ценность Б/Ж/У(г)/ Эн.цен.(ккал)
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр		ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр	
Икра овощная	60	1,2\5,4\4,26	Фрукты в ассортименте (мандарин)	150	0,6\0\16,95\69
Рассольник с мясом и сметаной и перловой крупой	200	6,4\6,2\12,2\1,30,	Свекольник с мясом и сметаной	200	5,8\8,8\9,8\142,6
Филе птицы тушенное в томатном соусе	90	25,9\18,7\6,2\24	Филе птицы тушенное с овощами	90	9,5\5,6\14,3\145,5
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	8,64\6,12\40,2\22 3,6	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	7,26\4,94\29,52\187
Хлеб пшеничный	30	1,14\0,22\7,44\36,	Хлеб пшеничный	20	1,14\0,22\7,44\36,26
Чай с сахаром	200	0,4\0\27\110	Чай с сахаром	200	0,2\0\14,69\61,8
ВТОРНИК			ВТОРНИК		
Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	0,6\0\16,95\69	Помидоры порционные	60	0,66\0,12\2,28\1,56
Суп гороховый с мясом	200	9,19\5,64\17,24\1	Суп куриный с вермишелью	200	9\5,6\13,8\141,0
Курица запеченная с сыром	95	16,5\14,6\14,3\14	Гуляш	90	19,7\15,7\6,2\245,3
Спагетти отварные с маслом	150	6,45\4,05\40,2\22 3,6	Пюре из гороха с маслом	150	13,95\4,65\31,95\224
Хлеб пшеничный	20	1,14\0,22\7,44\36, 26	Хлеб пшеничный	20	1,14\0,22\7,44\36,26
Кисель витаминизированный плодово-ягодный	200	0,2\0\14,69\61,8	Кисель витаминизированный плодово-ягодный	200	0,2\0\14,69\61,8
СРЕДА			СРЕДА		
Кукуруза консервированная	60	1,24\0,24\8,82\40	Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	0,6\0\16,95\69
Суп куриный с вермишелью	200	4,91\9,96\10,8\11 5,60	Щи вегетарианские со сметаной	200	1,7\2,78\9,8\142,6
Рыба запеченная под сырно-овощной шапкой	90	19,52\5,6\14,3\14 5,5	Чахохбили	90	21,52\14,6\14,3\145,5
Картофель отварной с маслом и зеленью	150	3,33\3,95\32,25\1 86,45	Картофель отварной с маслом и зеленью	150	3,33\3,05\40,2\223,6
Хлеб пшеничный	20	1,14\0,22\7,44\36,	Хлеб пшеничный	30	1,14\0,22\7,44\36,26
Сок разливной	200	0,2\0\11\44,8	Сок разливной	200	0,2\0\11\44,8
ЧЕТВЕРГ			ЧЕТВЕРГ		
Фрукты в ассортименте (мандарин)	150	0,6\0\16,95\69	Икра свекольная	60	1,29\4,27\4,26\24,6
Суп картофельный с мясом	200	6,2\8,8\9,8\142,6	Суп картофельный с мясом	200	5,78\5,5\9,8\142,6
Гуляш	90	20,2\11,5\1,3\189	Мясо тушенное	90	18\16\5\14,45\208
Рис отварной с маслом	150	6,45\4,05\40,2,22	Макароны отварные с маслом	150	6,76\3,1\33,9\210,3
Хлеб пшеничный	20	1,14\0,22\7,44\36, 26	Хлеб пшеничный	20	1,52\0,16\7,44\36,26
Компот из сухофруктов	200	08,\0\24\101,2	Компот из сухофруктов	200	0,37\0\14\27\110
ПЯТНИЦА			ПЯТНИЦА		
Огурцы порционные	60	0,48\0,6\0,31	Ассорти из свежих овощей	60	0,57\0,36\1,92\11,4
Борщ с мясом и сметаной	200	5,74\8,78\10,97\9	Борщ с мясом и сметаной	200	5,74\8,78\10,97\9
Филе птицы запеченное с помидорами	90	9,5\5,6\14,3\145,5	Бефстроганов	90	16,98\28,92\5,6\14,3
Картофель отварной с маслом и зеленью	150	3,33\3,81\4,05\40, 2\2	Рагу овощное с маслом	150	2,41\7,02\40,2,223,65
Хлеб пшеничный	45	1,14\0,22\7,44\36	Хлеб пшеничный	30	1,14\0,22\7,4
Чай с сахаром	200	0,2\0\11\44,8	Чай с сахаром	200	0,2\0\11\44,8

Зав.производством



Козина Т.А