

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа



«11 марта» 2021г.

| Возрастная группа 7-11 лет. | Выход блюда | Цена | белки | Жиры | углеводы | Энергетическая ценность |
|--|-------------|------|-------|------|----------|-------------------------|
| Завтрак: | | | | | | |
| Маша, фрукты, молоко, медовая | 150 | | 8,5 | 6,8 | 52,5 | 318 |
| Зутерброуд с маслом сливочным | 25/30 | | 10 | 8 | 15 | 176,6 |
| Маша с молоком | 250 | | 4,9 | 5 | 32,5 | 190 |
| Обед: | | | | | | |
| рошидор светий порционный | 60 | | 0,2 | 0 | 0,5 | 2,8 |
| Воруд и светий кашудет екарторесен и ештакка | 250 | | 2,3 | 6,7 | 13,4 | 122,2 |
| Фотимета и шесе кур | 80 | | 1,4 | 1,4 | 13,6 | 216 |
| Же отверка | 150 | | 3,8 | 6,4 | 38,9 | 228 |
| Кашудет и шесе фрукты | 200 | | 0,2 | 0 | 35,4 | 142 |
| алед така | 10 | | 1,3 | 0,2 | 9,9 | 46 |
| Возрастная группа 12-18 лет. | | | | | | |
| Завтрак: | | | | | | |
| Маша, фрукты, молоко, медовая | 150 | | 8,5 | 10,1 | 39,5 | 272,7 |
| Зутерброуд с маслом сливочным | 25/30 | | 10 | 8 | 15 | 176,6 |
| Маша с молоком | 250 | | 4,9 | 5 | 32,5 | 190 |
| Обед: | | | | | | |
| рошидор светий порционный | 60 | | 0,2 | 0 | 0,5 | 2,8 |
| Воруд и светий кашудет екарторесен и ештакка | 250 | | 2,3 | 6,7 | 13,4 | 122,2 |
| Фотимета и шесе кур | 100 | | 1,8 | 1,4 | 17 | 270 |
| Же отверка | 150 | | 4,6 | 8,3 | 46,7 | 273,6 |
| Кашудет и шесе фрукты | 200 | | 0,2 | 0 | 35,4 | 142 |
| алед така | 10 | | 1,3 | 0,2 | 9,9 | 46 |

Повар Слава Сташенкова М.С.

Завхоз [Signature] Ермакова О.К.

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа



« 12 марта » 2024 г.

| Возрастная группа 7-11 лет. | Выход блюда | Цена | белки | Жиры | углеводы | Энергетическая ценность |
|---|-------------|------|-------|------|----------|-------------------------|
| Завтрак: | | | | | | |
| мертени миски с томатным соусом | 40/50 | | 11,7 | 14,6 | 111 | 225,5 |
| макаронки цуцими отварные | 150 | | 5,1 | 9,1 | 34,2 | 244,5 |
| бутерброд с сыром | 15/20 | | 5 | 5 | 10,3 | 107 |
| чай с сахаром лимонадом | 20/15 | | 0,3 | 0,1 | 15,2 | 62 |
| Обед: | | | | | | |
| супу свежий порционный | 60 | | 0,3 | 0 | 1,1 | 7,2 |
| суп картошки с добавлением поров курицы | 250 | | 6,2 | 5,6 | 22,3 | 167 |
| рыба из банки | 80 | | 8,5 | 22,6 | 2,5 | 247,2 |
| паша гречневая раскатаная | 150 | | 8,7 | 7,8 | 42,6 | 297 |
| компот из смеси фруктов | 200 | | 0,2 | 0,1 | 3,3 | 13,2 |
| мед ржаной | 20 | | 1,3 | 0,2 | 9,9 | 46 |
| Возрастная группа 12-18 лет. | | | | | | |
| Завтрак: | | | | | | |
| мертени миски с томатным соусом | 100/150 | | 15,4 | 19,2 | 18 | 309,8 |
| макаронки цуцими отварные | 150 | | 6,1 | 10,9 | 4,1 | 293,4 |
| бутерброд с сыром | 15/20 | | 5 | 5 | 10,3 | 107 |
| чай с сахаром лимонадом | 20/15 | | 0,3 | 0,1 | 15,2 | 62 |
| Обед: | | | | | | |
| супу свежий порционный | 60 | | 0,3 | 0 | 1,1 | 7,2 |
| суп картошки с добавлением поров курицы | 100 | | 10,6 | 28,3 | 2,9 | 359 |
| рыба из банки | 250 | | 6,2 | 5,6 | 22,3 | 167 |
| паша гречневая раскатаная | 180 | | 10,4 | 9,4 | 51,1 | 339,8 |
| компот из смеси фруктов | 100 | | 0,2 | 0,1 | 3,3 | 13,2 |
| мед ржаной | 20 | | 1,3 | 0,2 | 9,9 | 46 |

Повар

Стану

Сташенкова М.С.

Завхоз

Ермакова О.К.

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа

Журкина Л.К.

« 13 марта » 2021 г.



| Возрастная группа 7-11 лет. | Выход блюда | Цена | белки | Жиры | углеводы | Энергетическая ценность |
|---------------------------------------|-------------|------|-------|------|----------|-------------------------|
| Завтрак: | | | | | | |
| Омлет с молоком сгущенным | 100/50 | | 17,7 | 14,6 | 11,1 | 222,5 |
| Сыр с курицей соевый соус | 150 | | 5,1 | 9,1 | 34,2 | 244,5 |
| Яблоки порционные | 130 | | 0,6 | 0,6 | 12,7 | 69,1 |
| Обед: | | | | | | |
| Суп с макаронными изделиями и картоф. | 260 | | 0,4 | 0,7 | 0,2 | 19,8 |
| Миницеппи мясной | 80 | | 12,7 | 11,5 | 12,8 | 208,8 |
| Яблоко | 150 | | 3,5 | 4,6 | 16 | 145,5 |
| Фруктовый салат | 200 | | 0,6 | 0 | 31,4 | 124 |
| Батон калачный | 40 | | 2,6 | 0,4 | 19,8 | 92 |
| Яблоко | 40 | | 2,6 | 0,4 | 19,8 | 92 |
| Возрастная группа 12-18 лет. | | | | | | |
| Завтрак: | | | | | | |
| Омлет с молоком сгущенным | 150/50 | | 15,2 | 14,6 | 89,3 | 552,4 |
| Сыр с курицей соевый соус | 150 | | 0,2 | 0,1 | 10 | 40 |
| Яблоки порционные | 130 | | 0,6 | 0,6 | 12,7 | 69,1 |
| Обед: | | | | | | |
| Суп с макаронными изделиями и картоф. | 260 | | 0,1 | 0,7 | 10,2 | 135 |
| Миницеппи мясной | 120 | | 15,9 | 14,4 | 16 | 261 |
| Яблоко | 150 | | 4,2 | 9,1 | 19,2 | 174,6 |
| Фруктовый салат | 200 | | 0,6 | 0 | 31,4 | 174 |
| Батон калачный | 40 | | 2,6 | 0,2 | 10,3 | 52,4 |
| Яблоко | 40 | | 2,6 | 0,4 | 19,8 | 92 |

Повар Стасюк Сташенкова М.С.

Завхоз [Signature] Ермакова О.К.

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа

Журкина Л.К.

« 14 марта » 2024 г.



| Возрастная группа 7-11 лет. | Выход блюда | Цена | белки | Жиры | углеводы | Энергетическая ценность |
|--|-------------|------|-------|------|----------|-------------------------|
| Завтрак: | | | | | | |
| Помидоры рубленые | 80 | | 1,1 | 6,2 | 7,4 | 130 |
| Картофельное пюре | 150 | | 3,2 | 6,8 | 21,9 | 163,5 |
| чай без сахара | 200 | | 0,04 | 0,01 | 0 | 0,3 |
| печенье | 20 | | 1,3 | 7 | 11,9 | 115 |
| Витон йодированный | 25 | | 2 | 0,3 | 12,9 | 65,5 |
| Обед: | | | | | | |
| ошпаренный светлый порционный | 60 | | 0,4 | 0 | 2,2 | 11,6 |
| салат из овощей заправленный с картофелем и сметаной | 250 | | 2,2 | 5,8 | 10,4 | 104,2 |
| плов | 150 | | 16,5 | 16,9 | 24,4 | 322 |
| компот из смеси фруктов | 200 | | 0,4 | 0 | 49,6 | 142 |
| Пюре | 60 | | 5,5 | 6,5 | 34,4 | 218 |
| плов ржаной | 20 | | 1,3 | 0,2 | 9,9 | 46 |
| Возрастная группа 12-18 лет. | | | | | | |
| Завтрак: | | | | | | |
| Помидоры рубленые | 100 | | 15,4 | 19,2 | 18 | 309,8 |
| Картофельное пюре | 180 | | 3,8 | 8,2 | 26,3 | 196,2 |
| чай без сахара | 200 | | 0,04 | 0,01 | 0 | 0,3 |
| печенье | 20 | | 1,3 | 7 | 11,9 | 115 |
| Витон йодированный | 25 | | 2 | 0,3 | 12,9 | 65,5 |
| Обед: | | | | | | |
| ошпаренный светлый порционный | 60 | | 0,4 | 0 | 2,2 | 11,6 |
| салат из овощей заправленный с картофелем и сметаной | 250 | | 2,2 | 5,8 | 10,4 | 104,2 |
| плов | 200 | | 22 | 22,5 | 32,5 | 429 |
| компот из смеси фруктов | 60 | | 5,5 | 6,5 | 34,4 | 218 |
| Пюре | 20 | | 1,3 | 0,2 | 9,9 | 46 |

Повар Стану Сташенкова М.С.

Завхоз

Ермакова О.К.