

Энергети- чекская ценность	Углеводы	Жиры	Белки	Выход Це- люда на	Возрастная группа 7-11 лет
272,7	29,6	7,6	4,1	200	Завтрак Детские блюда, молочные продукты в основном сахар букварей и сыров жирных и молочных Овощи и фрукты и десерты
190	32,5	5	4,9	250	
190	15	8	10	250	
190	32,5	5	4,9	250	
122,2	15,4	6,7	0,2	150	Овощи Допы и фрукты и десерты и десерты Детские и взрослые крп. Жирных и сыров и десерты
270	15,6	7,4	2,3	80	
245,6	38,9	6,1	14,9	150	
142	35,4	6	3,8	200	
142	9,9	0,2	0,2	20	Овощи Детские и взрослые крп. Жирных и сыров и десерты
228	17	14,3	18,6	180	
142	46,7	2,3	4,6	200	
122,2	0,5	0	0,2	150	
142	9,9	0	0,2	20	Овощи Детские и взрослые крп. Жирных и сыров и десерты
228	17	14,3	18,6	180	
142	46,7	2,3	4,6	200	
122,2	0,5	0	0,2	150	

Руководитель образовательного учреждения
 Всехватская основная школа
 Боеводина Г.
 2022г.



12 грейкофры

Утверждено:
 Руководитель образовательного учреждения
 Всехватская основная школа
 Воеводина Г.
 «13 февраля» 2021 г.



Энергетическая ценность		Возрастная группа 7-11 лет.		Возрастная группа 12-18 лет.		Завтрак:		Обед:									
Выход	на	блюда	Це-	белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Выход	на	блюда	Це-	белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность		
100/60	180	15/20	5	5	0,3	0,1	309,8	100/60	180	15/20	5	5	0,3	0,1	309,8		
Завтрак:		Хлеб с маком и сметаной		Пшеничный с сметаной		Творог с сахаром и изюмом		Хлеб с маком и сметаной		Пшеничный с сметаной		Пшеничный с сметаной		Творог с сахаром и изюмом			
250	100	0,3	5,6	22,3	167	250	100	0,3	5,6	22,3	167	250	100	0,3	5,6	22,3	167
Обед:		Суп куриный с овощами		Суп куриный с овощами		Суп куриный с овощами		Суп куриный с овощами		Суп куриный с овощами		Суп куриный с овощами		Суп куриный с овощами			
180	180	6,1	19,9	41	253,4	180	180	6,1	19,9	41	253,4	180	180	6,1	19,9	41	253,4
Завтрак:		Хлеб с маком и сметаной		Пшеничный с сметаной		Творог с сахаром и изюмом		Хлеб с маком и сметаной		Пшеничный с сметаной		Пшеничный с сметаной		Творог с сахаром и изюмом			
100	100	6,2	28,3	29	309	100	100	6,2	28,3	29	309	100	100	6,2	28,3	29	309
Обед:		Суп куриный с овощами		Суп куриный с овощами		Суп куриный с овощами		Суп куриный с овощами		Суп куриный с овощами		Суп куриный с овощами		Суп куриный с овощами			
180	180	10,6	9,4	57,1	334,8	180	180	10,6	9,4	57,1	334,8	180	180	10,6	9,4	57,1	334,8
Завтрак:		Хлеб с маком и сметаной		Пшеничный с сметаной		Творог с сахаром и изюмом		Хлеб с маком и сметаной		Пшеничный с сметаной		Пшеничный с сметаной		Творог с сахаром и изюмом			
200	200	10,4	0,1	33	138	200	200	10,4	0,1	33	138	200	200	10,4	0,1	33	138
Обед:		Суп куриный с овощами		Суп куриный с овощами		Суп куриный с овощами		Суп куриный с овощами		Суп куриный с овощами		Суп куриный с овощами		Суп куриный с овощами			
20	20	0,2	0,2	9,9	48	20	20	0,2	0,2	9,9	48	20	20	0,2	0,2	9,9	48

Повар *Smoly* Сташенкова М.С. Завхоз *Smolich* Ермакова О.К.

Леводы

Энергетическая ценность	Жирны	Белки	Целлюлоза	Выход на	Возрастная группа 7-11 лет.	Завтрак:
441	131	111	100/50	100	Осетир с творогом сушемым 100/50	Осетир с творогом сушемым 100/50
40	10	0,1	130	130	Рис с курицей сушемым 130	Рис с курицей сушемым 130
687	687	127	130	130	Осетир с творогом сушемым 130	Осетир с творогом сушемым 130
145	15,8	6,7	4,9	250/75	Обед:	Обед:
2088	12,8	11,5	127	80	Рис с курицей сушемым 12,8	Рис с курицей сушемым 12,8
1455	16	7,6	3,5	150	Рис с курицей сушемым 16	Рис с курицей сушемым 16
124	374	0	0,6	150	Рис с курицей сушемым 124	Рис с курицей сушемым 124
92	19,8	0,4	7,6	40	Рис с курицей сушемым 92	Рис с курицей сушемым 92
52,4	10,3	0,2	7,6	70	Рис с курицей сушемым 52,4	Рис с курицей сушемым 52,4
552,4	89,3	14,6	15,2	150/50	Завтрак:	Завтрак:
145	15,8	6,7	4,9	250/5	Обед:	Обед:
261	16	14,4	15,9	100	Рис с курицей сушемым 261	Рис с курицей сушемым 261
174,6	19,2	9,1	4,2	180	Рис с курицей сушемым 174,6	Рис с курицей сушемым 174,6
124	374	0	0,6	200	Рис с курицей сушемым 124	Рис с курицей сушемым 124
92	19,8	0,4	7,6	48	Рис с курицей сушемым 92	Рис с курицей сушемым 92
52,4	10,3	0,2	7,6	70	Рис с курицей сушемым 52,4	Рис с курицей сушемым 52,4



«14 декабря» - 2022г.

Бесхвятская основная школа
 Директор образовательного учреждения
 Боева Л.

Руководитель образовательного учреждения
 Всехвятская основная школа



15 сентября 2022 г.

Утверждено:

Выход на завтрак: Белки Жиры Углеводы Энергетическая ценность

Возрастная группа 7-11 лет.

Завтрак:

80	11	6,2	7,4	130
150	3,2	6,8	21,9	163,5
180	0,04	0,01	0	0,3
20	1,3	7	11,9	115
25	2	0,3	12,9	65,5

Обед:

250	2,2	5,8	10,4	104,2
150	16,5	16,9	24,4	3,2,2
180	0,4	0	49,6	14,2
20	5,5	6,5	34,4	218
20	1,3	0,2	9,9	46

Возрастная группа 12-18 лет.

Завтрак:

180	13,8	4,8	9,3	162,5
180	3,8	4,2	28,3	196,2
180	0,04	0,01	0	0,3
20	1,3	7	11,9	115
25	2	0,3	12,9	65,5

Обед:

250	2,2	5,8	10,4	104,2
200	3,2	22,5	32,5	42,9
200	0,4	0	49,6	14,2
60	5,5	6,5	34,4	218
20	1,3	0,2	9,9	46

Энергетическая ценность

180	13,8	4,8	9,3	162,5
180	3,8	4,2	28,3	196,2
180	0,04	0,01	0	0,3
20	1,3	7	11,9	115
25	2	0,3	12,9	65,5
180	13,8	4,8	9,3	162,5
180	3,8	4,2	28,3	196,2
180	0,04	0,01	0	0,3
20	1,3	7	11,9	115
25	2	0,3	12,9	65,5
250	2,2	5,8	10,4	104,2
200	3,2	22,5	32,5	42,9
200	0,4	0	49,6	14,2
60	5,5	6,5	34,4	218
20	1,3	0,2	9,9	46

Завхоз Ермакова О.К.

Сташенкова М.С. Повар

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения
 Всехватская основная школа
 Г. Воеводина Г.



2022 г.

«16 февраля»

Возрастная группа 7-11 лет.	Выход		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	на	блюда				
Возрастная группа 7-11 лет.	Завтрак:					
	150	186	49	4,5	18,9	133,5
	25/25	4,9	4,5	15,2	6,8	
	200/5	0,3	0,3	0,1		
	100	10,2	10,2	2,8	34,2	162,8
	80	5,1	9,1	2,8	34,2	244,5
	150	10,2	10,2	2,8	34,2	162,8
Возрастная группа 12-18 лет.	Завтрак:					
	100	248	49	4,5	18,9	133,5
	25/25	4,9	4,5	15,2	6,8	
	200/5	0,3	0,3	0,1		
	100	10,2	10,2	2,8	34,2	162,8
	80	5,1	9,1	2,8	34,2	244,5
	150	10,2	10,2	2,8	34,2	162,8
Возрастная группа 12-18 лет.	Обед:					
	150	34	18,8	14,4	3,5	203,5
	180	6,8	10,9	4,1	293,4	138
	200	0,8	0,8	3,3	138	
	25	2	0,3	12,9	65,5	
	20	4,3	0,2	9,9	46	
	150	10,2	10,2	2,8	34,2	162,8