

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа

Журкина Л.К.

«02 мая» 2021 г.



Возрастная группа 7-11 лет.	Выход блюда	Це- на	белки	Жиры	углеводы	Энергети- ческая ценность
Завтрак:						
Хлебобулочные изделия	80		12.7	11.5	12.8	208.8
Макаронные изделия отварные	150		5.1	9.1	34.2	244.5
Бутерброд с сыром	15/10		5	5	10.3	107
Чай с сахаром	200		0.2	0.1	15	60
Обед:						
Суп из овощей порционный	40		0.4	0.1	1.5	10.6
Суп картофельный с овощами	180		4.6	4.6	16.4	121.8
Гречка с курицей	175		12.8	10.7	15.2	208
Пюре картофельное с мясом	200		0.4	0	44.6	142
Чай с сахаром	30		2	0.3	14.9	69
Фрукты	50		3.3	4.2	20.5	160
Возрастная группа 12-18 лет.						
Завтрак:						
Хлебобулочные изделия	100		15.9	14.4	16	261
Макаронные изделия отварные	180		6.1	10.9	41	293.4
Бутерброд с сыром	15/10		5	5	10.3	107
Чай с сахаром	200		0.2	0.1	15	60
Обед:						
Суп из овощей порционный	40		0.4	0.1	1.5	10.6
Суп картофельный с овощами	250		5.6	5.8	20.5	152.3
Гречка с курицей	250		18.3	15.3	21.8	294.1
Пюре картофельное с мясом	200		0.4	0	44.6	142
Чай с сахаром	30		2	0.3	14.9	69
Фрукты	50		3.3	4.2	20.5	160

Повар Стоник Сташенкова М.С.

Завхоз Ермакова Ермакова О.К.

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа

«03 мая» 2024 г.



Возрастная группа 7-11 лет.	Выход блюда	Це- на	белки	Жиры	углеводы	Энергети- ческая ценность
Завтрак:						
Блинчики с сметаной	150		6,2	6,8	52,5	318
Йогурт фруктовый	125		3,5	3,1	17,3	112,5
чай с печеньем сахарным	200		0,2	0,1	10	40
Обед:						
суп овощной порционный	60		0,2	0	0,5	2,8
суп мясной со сметаной	200		2,7	7,7	8,6	89,2
картофельные котлеты со сметаной	80		7	5,7	8,9	118,4
картофельное пюре	150		3,2	6,8	21,9	163,5
компот из смеси фруктов	200		0,2	0	35,4	142
фруктовый	50		3,7	6,3	2,2	159
чай стакан	20		1,3	0,2	9,9	46
Возрастная группа 12-18 лет.						
Завтрак:						
Блинчики с сметаной	225		9,3	10,2	78,8	477
Йогурт фруктовый	125		3,5	3,1	17,3	112,5
чай с печеньем сахарным	200		0,2	0,1	10	40
Обед:						
суп овощной порционный	60		0,2	0	0,5	2,8
суп мясной со сметаной	250		1,9	6,5	9,6	111,5
картофельные котлеты	160		14	11,4	17,8	236,8
картофельное пюре	180		3,8	8,2	26,3	196,2
компот из смеси фруктов	200		0,2	0	35,4	142
фруктовый	50		3,7	6,3	2,2	159
чай стакан	20		1,3	0,2	9,9	48

Повар В.М.Ш. Сташенкова М.С.

Завхоз Л.К.Ж. Ермакова О.К.

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа

Мур

Журкина Л.К.

«06» мая 2024 г.



Возрастная группа 7-11 лет.	Выход блюда	Це- на	белки	Жиры	углеводы	Энергети- ческая ценность
Завтрак:						
Кашия, Фрукты, молочная каша	150		6,5	6,8	52,5	318
Фруктовый салат с маслом сливочным	25/30		10	8	15	176,6
Молоко	200		4,9	5	32,5	190
Обед:						
Полдник, салат, порционные	60		0,2	0	0,5	2,8
Порция из овощей, картофеля и						
сливочной	250		2,3	6,7	13,4	122,2
Потомки из мяса кури	80		14,9	11,4	13,6	216
Из овощей	150		3,8	6,4	38,9	228
Потомки из мяса кури	200		0,2	0	35,4	142
Из овощей	20		1,3	0,2	9,9	46
Возрастная группа 12-18 лет.						
Завтрак:						
Кашия, Фрукты, молочная каша	200		5,5	10,1	39,5	272,7
Фруктовый салат с маслом сливочным	25/30		10	8	15	176,6
Молоко	200		4,9	5	32,5	190
Обед:						
Полдник, салат, порционные	60		0,2	0	0,5	2,8
Порция из овощей, картофеля и						
сливочной	250		2,3	6,7	13,4	122,2
Потомки из мяса кури	180		18,6	14,3	17	270
Из овощей	180		4,6	4,3	46,7	273,6
Потомки из мяса кури	200		0,2	0	35,4	142
Из овощей	20		1,3	0,2	9,9	46

Повар Стану

Сташенкова М.С.

Завхоз

А

Ермакова О.К.

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа



« 07 мая » 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет.	Выход блюда	Це- на	белки	Жиры	углеводы	Энергети- ческая ценность
Завтрак:						
творожная запеканка с яблоками	40/60		11,7	14,6	11,1	225,5
макароны с сыром	150		5,1	9,1	34,2	244,5
бутерброд с ветчиной	15/20		5,5	5,5	10,3	107
чай с сахаром и лимоном	200/15		0,3	0,1	15,2	62
Обед:						
суп куриный порционный	60		0,3	0	1,1	4,2
суп картофельный с овощами	250		6,2	5,6	22,3	167
котлеты из курицы	60		8,5	22,6	2,5	247,2
пюре картофельное	150		8,7	4,8	42,6	297
компот из смеси фруктов	200		0,2	0,1	3,3	13,8
лимонная вода	20		1,3	0,2	9,9	46
Возрастная группа 12-18 лет.						
Завтрак:						
творожная запеканка с яблоками	100/60		15,4	19,2	18	309,8
сauce	185		6,1	10,9	4,1	293,4
макароны с сыром	15/20		5,5	5,5	10,3	107
бутерброд с ветчиной	200/15		0,3	0,1	15,2	62
чай с сахаром и лимоном						
Обед:						
суп куриный порционный	60		0,3	0	1,1	4,2
суп картофельный с овощами	100		10,6	28,3	2,9	359
котлеты из курицы	250		6,2	5,6	22,3	167
пюре картофельное	180		10,4	9,4	51,1	339,8
компот из смеси фруктов	100		0,2	0,1	3,3	13,8
лимонная вода	20		1,3	0,2	9,9	46

Повар Стану Сташенкова М.С.

Завхоз Ермакова О.К.

« 08 мая _____ 2024 г.



Возрастная группа 7-11 лет.	Выход блюда	Це- на	белки	Жиры	углеводы	Энергети- ческая ценность
Завтрак:						
Омлет с молоком сливочным	100/50		17,7	14,6	11,1	222,5
Творог с сахаром	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 картофелем	260		0,4	0,7	0,2	19,8
Курица тушеная с рисом	80		12,7	11,5	12,8	208,8
Творог с сахаром	150		3,5	9,1	16	145,5
Фрукты	200		0,6	0	34,4	124
Яблоко порционное	40		2,6	0,4	19,8	92
Яблоко порционное	40		2,6	0,4	19,8	92
Возрастная группа 12-18 лет.						
Завтрак:						
Омлет с молоком сливочным	100/50		15,2	14,6	89,3	552,4
Творог с сахаром	150		0,2	0,1	10	40
Яблоки порционные	130		0,6	0,6	12,7	69,1
Обед:						
Суп с макаронными изделиями и картофелем	260		0,1	0,7	10,2	135
Курица тушеная с рисом	100		15,9	14,4	16	261
Творог с сахаром	150		4,2	9,1	19,2	174,6
Фрукты	200		0,6	0	34,4	174
Яблоко порционное	40		2,6	0,2	10,3	52,4
Яблоко порционное	40		2,6	0,4	19,8	92

Повар Стасю Сташенкова М.С.

Завхоз Ермакова О.К.