

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа

Жур

Журкина Д.К.



«22 апреля» 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет.	Выход блюда	Цена	белки	Жиры	углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак:						
Каша пшеничная молочная жидкая	150		8,5	6,8	52,5	318
Масло сливочное	25/30		10	8	15	176,6
Молоко	200		4,9	5	32,5	190
Обед:						
Суп овощной с курицей	60		0,2	0	0,5	2,8
Котлета из мяса кур	250		23	6,7	13,4	122,2
Салат овощной	80		1,4	1,4	1,6	21,6
Хлеб пшеничный	150		3,8	6,4	38,9	228
Компот из фруктов	200		0,2	0	35,4	142
Чай сладкий	20		1,3	0,2	9,9	46
Возрастная группа 12-18 лет.						
Завтрак:						
Каша пшеничная молочная жидкая	200		5,5	10,1	39,5	272,7
Масло сливочное	25/30		10	8	15	176,6
Молоко	200		4,9	5	32,5	190
Обед:						
Суп овощной с курицей	60		0,2	0	0,5	2,8
Котлета из мяса кур	250		23	6,7	13,4	122,2
Салат овощной	180		1,8	1,8	1,7	27,0
Хлеб пшеничный	150		4,6	9,3	46,7	273,6
Компот из фруктов	200		0,2	0	35,4	142
Чай сладкий	20		1,3	0,2	9,9	46

Повар *Солны*

Сташенкова М.С.

Завхоз

С

Ермакова О.К.

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа



« 23 апреля » 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет.	Выход блюда	Цена	белки	Жиры	углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак:						
мартеник мясники с томатным соусом	40/60		11,7	14,6	111	2255
макароны цуккини отварные	150		5,1	9,1	34,2	2445
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 и овощи	80		8,5	22,6	2,5	247,2
паша гречневая раскатанная	150		8,7	4,8	42,6	297
компот из смеси фруктов	200		0,2	0,1	3,3	138
мед напиток	20		1,3	0,2	9,9	46
Возрастная группа 12-18 лет.						
Завтрак:						
мартеник мясники с томатным соусом	100/60		15,4	19,2	18	309,8
макароны цуккини 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 и овощи	250		6,2	5,6	22,3	167
паша гречневая раскатанная	180		10,4	9,4	51,1	339,8
компот из смеси фруктов	100		0,2	0,1	3,3	138
мед напиток	20		1,3	0,2	9,9	46

Повар Итау Сташенкова М.С.

Завхоз [Signature] Ермакова О.К.

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа

Журкина Л.К.

« 27 апреля » 2021 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
чай с печеньем сахарным	150		5,1	9,8	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
Миницеппе мясное	80		12,7	11,5	12,8	208,8
Чай сладкий	150		3,5	4,6	16	145,5
Фруктовый салат	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	150/50		15,2	14,6	89,3	552,4
чай с печеньем сахарным	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
Миницеппе мясное	100		15,9	14,4	16	261
Чай сладкий	150		4,2	9,1	19,2	174,6
Фруктовый салат	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 [подпись] Ермакова О.К.

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа

Журкина Л.К.

« 25 апреля » 2024 г.



Возрастная группа 7-11 лет.	Выход блюда	Цена	белки	Жиры	углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак:						
Чашецка рыбная	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
Фитон йодированный	25		2	0,3	12,9	65,5
Обед:						
супец светлый порционный	60		0,4	0	2,2	11,6
картофель 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
Фруктоза	60		5,5	6,5	34,4	218
плов ржаной	20		1,3	0,2	9,9	46
Возрастная группа 12-18 лет.						
Завтрак:						
Чашецка рыбная	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
Фитон йодированный	25		2	0,3	12,9	65,5
Обед:						
супец светлый порционный	60		0,4	0	2,2	11,6
картофель и сметаной	250		2,2	5,8	10,4	104,2
плов	200		22	22,5	32,5	429
Фруктоза	60		5,5	6,5	34,4	218
плов ржаной	20		1,3	0,2	9,9	46

Повар Стану Сташенкова М.С.

Завхоз Ермакова Ермакова О.К.

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа

Журкина Л.К.

« 26 апреля » 2024 г.



Возрастная группа 7-11 лет.	Выход блюда	Цена	белки	Жиры	углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак:						
Омлет картофельный	150		18,6	27,9	27	340,5
Футерброу с маслом сливочным	25/25		4,9	4,5	12,9	113,5
Чай с сахаром	200/5		0,3	0,1	15,2	62
Обед:						
паштет свиной порционный	60		0,5	0,1	1,5	9,6
Пассировки лук порей	100		1,9	3,2	16	108
Птица тушкованная в соусе	80		10,2	11,5	2,8	162,8
макаронные изделия отварные	150		5,1	9,1	34,2	244,5
Паштет из фруктов	200		0,2	0,1	3,3	138
Желе из фруктов	25		2	0,3	12,9	65,5
чай ржаной	20		1,3	0,2	9,9	46
Возрастная группа 12-18 лет.						
Завтрак:						
Омлет картофельный	100		24,8	37,2	3,3	454
Футерброу с маслом сливочным	25/25		4,9	4,5	12,9	113,5
чай с сахаром	200/5		0,3	0,1	15,2	62
Обед:						
паштет свиной порционный	60		0,5	0,1	1,5	9,6
Пассировки лук порей	250		3,4	4	20	155
Птица тушкованная в соусе	100		12,8	14,4	3,5	205,5
макаронные изделия отварные	180		6,1	10,9	41	295,4
Паштет из фруктов	200		0,2	0,1	3,3	138
Желе из фруктов	25		2	0,3	12,9	65,5
чай ржаной	20		1,3	0,2	9,9	46

Повар Стану Сташенкова М.С.

Завхоз Ермакова Ермакова О.К.