

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа

Воеводина Г.



« 20 марта 2023 г. »

Возрастная группа 7-11 лет.	Выход блюда	Цена	белки	Жиры	углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак:						
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150		3,4	7,3	29,6	198,4
Бутерброды с сыром	30/20		10	8	15	176,6
Макароны сливочные	200		4,9	5	32,5	190
Обед:						
Суп картофельный с бобовыми	250		6,2	5,6	22,3	167
Миницеппе мясной	80		12,7	11,5	12,8	208,8
Макаронные изделия отварные	150		5,1	9,1	34,2	244,5
Фришот из светлого яблока	200		0,4	0	49,6	142
Хлеб ржаной	30		2	0,3	14,9	69
Возрастная группа 12-18 лет.						
Завтрак:						
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200		4,5	9,7	39,5	164,5
Бутерброды с сыром	30/20		10	8	15	176,6
Макароны сливочные	200		4,9	5	32,5	190
Обед:						
Суп картофельный с бобовыми	250		6,2	5,6	22,3	167
Миницеппе мясной	80		15,9	14,4	16	268
Макаронные изделия отварные	180		6,1	10,9	41	293,4
Фришот из светлого яблока	200		0,4	0	49,6	142
Хлеб ржаной	30		2	0,3	14,9	69

Повар Стану Сташенкова М.С.

Завхоз

Ермакова О.К.

Утверждаю:
Руководитель образовательного учреждения

Всехвятская основная школа Воеводина Г.

« 21 марта » 2023 г.



Возрастная группа 7-11 лет	Выход блюда	Цена	белки	Жиры	углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак						
Помидоры и мясо кур	80		14,9	11,4	13,6	216
Картофельное пюре	150		3,2	6,8	21,9	163,5
Омлет свет. порционный	20		0,2	0	0,5	2,8
чай с сахаром, лимонная	200/5		0,3	0,1	15,2	62
Яблоко соевое	20		1,6	0,2	10,3	52,4
Обед						
Мини салат, капуста скарптор	250/15		5	3,3	20,5	132,6
пюре по-строгановски	80		10,9	10,9	3,2	156
Лис отбивной	150		3,8	6,1	38,9	228
Яблоко соевое	20		1,6	0,2	10,3	52,4
яблоко жареное	20		1,3	0,2	9,9	46
Возрастная группа 12-18 лет						
Завтрак						
Помидоры и мясо кур	100		18,6	14,3	17	270
Картофельное пюре	180		3,8	8,2	26,3	196,2
Омлет свет. порционный	20		0,2	0	0,5	2,8
чай с сахаром, лимонная	200/5		0,3	0,1	15,2	62
Яблоко нарезное	20		1,6	0,2	10,3	52,4
Обед						
Мини салат, капуста скарптор	250		5	3,3	20,5	132,6
пюре по-строгановски	100		13,6	13,6	4	195
Лис отбивной, рассольная	180		4,6	7,3	46,7	273,6
Яблоко соевое	20		1,6	0,2	10,3	52,4
яблоко жареное	20		1,3	0,2	9,9	46
Напиток из е/р с в/т с	200		0,6	0	31,4	124

Повар Стану Сташенкова М.С.

Завхоз [Подпись] Ермакова О.К.

Утверждаю:
 Руководитель образовательного учреждения
 Всехсвятская основная школа
 Воеводина Г.



22 марта 2023г.

Возрастная группа 7-11 лет	Выход блюда	Цена	белки	Жиры	углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак						
Запеканка творожная с яблоком сливочным	150/50		30,2	17,9	51,9	496
чай без сахара	200		0,04	0,01	0	0,3
Хлеб изобрянский	20		1,6	0,2	10,3	52,4
Обед						
Борщ из свеклы капуста с картофелем и сметаной	250		2,3	6,7	13,4	122,2
Меренги шоколад с маком соусом	50/30		7,7	9,6	9	154,9
Машиа гречневая рассычатая	150		8,7	7,8	42,6	279
Хлеб ржаной	40		2,6	0,4	19,8	92
Возрастная группа 12-18 лет						
Завтрак						
Запеканка творожная с яблоком сливочным	150/50		30,2	17,9	51,9	496
чай без сахара	200		0,04	0,01	0	0,3
Хлеб изобрянский	20		1,6	0,2	10,3	52,4
Обед						
Борщ из свеклы капуста с картофелем и сметаной	250		2,3	6,7	13,4	122,2
Меренги шоколад с маком соусом	100/60		15,4	19,2	18	309,8
Машиа гречневая рассычатая	150		10,4	9,4	51,4	334,8
Хлеб ржаной	40		2,6	0,4	19,8	92

Повар Стану Сташенкова М.С.

Завхоз [Подпись] Ермакова О.К.

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа

Воеводина Г.

« 23 марта » 2023 г.



Возрастная группа 7-11 лет	Выход блюда	Це-на	белки	Жиры	углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак						
Хлебобулочные изделия	80		12,7	11,5	12,8	208,8
Макаронные изделия отваренные	150		5,1	9,1	34,2	244,5
Бутерброды с сыром	15/20		5	5	10,3	107
Чай с сахаром	200		0,2	0,1	15	60
Обед						
Суп с картошкой и мясом	40		0,4	0,1	1,5	10,6
Суп картофельный с овощами	200		4,6	4,6	16,4	129,8
Резаный картофель	175		12,8	10,4	15,2	208
Пюре картофельное с маслом	200		0,4	0	49,6	142
Хлеб ржаной	30		2	0,3	14,9	69
Фруктовый салат	50		3,3	7,2	20,5	160
Возрастная группа 12-18 лет						
Завтрак						
Хлебобулочные изделия	100		15,9	14,4	15	261
Макаронные изделия отваренные	180		6,1	10,9	20,5	293
Бутерброды с сыром	15/20		5	5	10,3	107
Чай с сахаром	200		0,2	0,1	15	60
Обед						
Суп с картошкой и мясом	40		0,4	0,1	1,5	10,6
Суп картофельный с овощами	250		5,6	5,8	20,5	152,3
Резаный картофель	250		18,3	15,3	21,8	294,1
Пюре картофельное с маслом	200		0,4	0	49,6	142
Хлеб ржаной	30		2	0,3	14,9	69
Фруктовый салат	50		3,3	7,2	20,5	160

Повар Сташук Сташенкова М.С.

Завхоз

Ермакова О.К.



Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа Воеводина Г.

« 24 марта » 2023г.

Возрастная группа 7-11 лет	Выход блюда	Цена	белки	Жиры	углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак						
Блинные с сметаной	150		9,3	10,2	78,8	477.
Йогурт фруктовый	125		3,5	3,1	17,3	112,5
чай с печеньем соевым	200		0,2	0,1	10	40.
яблоки свежие порционные	130		0,6	0,6	12,7	61,1
Обед						
помидоры свежие порционные	20		0,2	0	0,5	2,8
суп из овощей со сметаной	200		1,9	0,5	9,6	111,5
картофельные котлетки со сметаной	80		1,4	1,4	17,8	236,8
картофельное пюре	150		3,8	8,2	26,3	196,2
кашица из курамы с яйцом	200		0,2	0	3,54	142
фруктовый	50		3,7	6,3	22	159
чай с печеньем	20		1,3	0,2	9,9	45
Возрастная группа 12-18 лет						
Завтрак						
Блинные с сметаной	225		6,2	6,8	52,5	477.
Йогурт фруктовый	125		3,5	3,1	17,3	112,5
чай с печеньем соевым	200		0,2	0,1	10	40
Обед						
помидоры свежие порционные	20		0,2	0	0,5	2,8
суп из овощей со сметаной	250		2,7	4,7	8,6	111,5
картофельные котлетки со сметаной	160		1,4	5,7	8,9	236,8
картофельное пюре	180		3,2	6,8	21,9	196,2
кашица из курамы с яйцом	200		0,2	0	3,54	142
фруктовый	50		3,7	6,3	22	159
чай с печеньем	20		1,3	0,2	9,9	45

Повар Стану Сташенкова М.С.

Завхоз [Signature] Ермакова О.К.