

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа

Жур

Журкина Д.К.

« 25 декабря 2023 г.



Возрастная группа 7-11 лет.	Выход блюда	Цена	белки	Жиры	углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак:						
Каша гречневая молочная сладкая	150		5,5	6,8	52,5	318
Фруктовый салат с маслом сливочным	25/30		10	8	15	176,6
Молочный напиток	200		4,9	5	32,5	190
Обед:						
Салат овощной с курицей	60		0,2	0	0,5	2,8
Суп куриный с овощами и сметаной	250		2,3	6,7	13,4	122,2
Котлета из мяса кур	80		14,9	11,4	13,6	216
Салат овощной	150		3,8	6,4	38,9	228
Компот из смеси фруктов	200		0,2	0	35,4	142
Мед натуральный	10		1,3	0,2	9,9	46
Возрастная группа 12-18 лет.						
Завтрак:						
Каша гречневая молочная сладкая	150		5,5	10,1	39,5	272,7
Фруктовый салат с маслом сливочным	25/30		10	8	15	176,6
Молочный напиток	200		4,9	5	32,5	190
Обед:						
Салат овощной с курицей	60		0,2	0	0,5	2,8
Суп куриный с овощами и сметаной	250		2,3	6,7	13,4	122,2
Котлета из мяса кур	180		18,6	14,3	17	270
Салат овощной	150		4,6	8,3	46,7	279,6
Компот из смеси фруктов	200		0,2	0	35,4	142
Мед натуральный	10		1,3	0,2	9,9	46

Повар Стату Сташенкова М.С.

Завхоз Э Ермакова О.К.

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа

*Жур*

Журкина Л.К.



« 26 декабря 2023 г. »

Возрастная группа 7-11 лет.	Выход блюда	Цена	белки	Жиры	углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак:						
мертени мистки с томатной соусом	70/50		11,7	14,6	111	225,5
макаронки цеземно отварные	150		5,1	9,1	34,2	244,5
бутерброд с ветчиной	15/20		5,5	5	10,3	107
чай с сахаром лимонком	200/15		0,3	0,1	15,2	62
Обед:						
супу свежий порционный	60		0,3	0	1,1	4,2
суп картофельный с добавлением пори и лука	250		6,2	5,6	22,3	167
рыба и сметана	80		8,5	22,6	2,5	247,2
Машина гречневая раскатанная	150		8,7	4,8	42,6	297
Жюльот и смеси фруктов	200		0,2	0,1	3,3	138
мед ржаной	20		1,3	0,2	9,9	46
Возрастная группа 12-18 лет.						
Завтрак:						
мертени мистки с томатной соусом	100/50		15,4	19,2	18	309,8
макаронки цеземно отварные	150		6,1	10,9	4,1	293,4
бутерброд с ветчиной	15/20		5,5	5	10,3	107
чай с сахаром лимонком	200/15		0,3	0,1	15,2	62
Обед:						
супу свежий порционный	60		0,3	0	1,1	4,2
суп картофельный с добавлением пори и лука	100		10,6	28,3	2,9	359
рыба и сметана	250		6,2	5,6	22,3	167
Машина гречневая раскатанная	180		10,4	9,4	51,1	339,8
Жюльот и смеси фруктов	100		0,2	0,1	3,3	138
мед ржаной	20		1,3	0,2	9,9	46

Повар

*Глау*

Сташенкова М.С.

Завхоз

*ER*

Ермакова О.К.

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа

Журкина Л.К.

« 27 декабря » 2023 г.



Возрастная группа 7-11 лет.	Выход блюда	Цена	белки	Жиры	углеводы	Энергетическая ценность
<b>Завтрак:</b>						
Омлет с молоком сливочным	100/50		17,7	14,6	11,1	222,5
Чай с печеньем соевым	150		5,1	9,1	34,2	244,5
Яблоки порционные	130		0,6	0,6	12,7	69,1
<b>Обед:</b>						
Суп с макаронными изделиями и картофелем	260		0,4	0,7	0,2	19,8
Крильчик мясной	80		12,7	11,5	12,8	208,8
Чай сладкое	150		3,5	4,6	16	145,5
Фрукты и ягоды	200		0,6	0	34,4	124
Компот из фруктов	40		2,6	0,4	19,8	92
Яблоко порционное	40		2,6	0,4	19,8	92
<b>Возрастная группа 12-18 лет.</b>						
<b>Завтрак:</b>						
Омлет с молоком сливочным	150/50		15,2	14,6	89,3	552,4
Чай с печеньем соевым	150		0,2	0,1	10	40
Яблоки порционные	130		0,6	0,6	12,7	69,1
<b>Обед:</b>						
Суп с макаронными изделиями и картофелем	260		0,1	0,7	10,2	135
Крильчик мясной	100		15,9	14,4	16	261
Чай сладкое	150		4,2	9,1	19,2	174,6
Фрукты и ягоды	200		0,6	0	34,4	174
Компот из фруктов	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.

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа Журкина Л.К.

« 28 декабря » 2023 г.



Возрастная группа 7-11 лет.	Выход блюда	Цена	белки	Жиры	углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак:						
Четвертая рубка	80		11	6,2	74	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
Битон йодированный	25		2	0,3	12,9	65,5
Обед:						
суп из свинины 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
Фрукты	60		5,5	6,5	34,4	218
чай ржаной	20		1,3	0,2	9,9	46
Возрастная группа 12-18 лет.						
Завтрак:						
Четвертая рубка	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
Битон йодированный	25		2	0,3	12,9	65,5
Обед:						
суп из свинины порционный	60		0,4	0	2,2	11,6
картофель и сметаной	250		2,2	5,8	10,4	104,2
плов	150		22	22,5	32,5	429
компот из смеси фруктов	200		5,5	6,5	34,4	218
Фрукты	60		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.

« 29 декабря » 2023 г.



Возрастная группа 7-11 лет.	Выход блюда	Цена	белки	Жиры	углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак:						
Омлет натуральный	150		18,6	27,9	2,7	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
Рисовый гарнир порционный	100		1,9	3,2	16	108
Птица тушенная в соусе	80		10,2	11,5	2,8	162,8
макаронные изделия отварные	150		5,1	9,1	34,2	244,5
Компот из фруктов	200		0,2	0,1	3,3	138
Чай с сахаром	25		2	0,3	12,9	65,5
Чай с сахаром	20		1,3	0,2	9,9	46
Возрастная группа 12-18 лет.						
Завтрак:						
Омлет натуральный	100		24,8	37,2	3,3	454
Футерброу с маслом сливочным	25/25		4,9	4,5	12,9	113,3
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
Рисовый гарнир порционный	250		3,4	4	20	155
Птица тушенная в соусе	100		12,8	14,4	3,5	205,5
макаронные изделия отварные	180		6,1	10,9	4,1	295,4
Компот из фруктов	200		0,2	0,1	3,3	138
Чай с сахаром	25		2	0,3	12,9	65,5
Чай с сахаром	20		1,3	0,2	9,9	46

Повар Стану Сташенкова М.С.

Завхоз Ермакова Ермакова О.К.