

Утверждаю

Директор

МБОУ «Кутеминская СОШ»

(Миронов А. В.)



МЕНЮ

на 1 апреля 2024 года

1 – 4 классы

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Котлета из мяса птицы	90		198	10,20	12,93	13,79
2		гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5		189,30	5,70	4,30	31,99
3		гор. напиток	Компот из сухофруктов	200		92,80	0,66	0,09	22,03
4		хлеб	Хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88
5		фрукты							
6		доп. гарнир	Зеленый горошек к/с	40		33,44	1,19	2,08	2,50
7			итого		66,76				
8									
9									

5 – 11 классы

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Сосиски отварные	90		235,80	9,92	21,46	0,32
2		гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5		189,30	5,70	4,30	31,99
3		гор. напиток	Компот из сухофруктов	200		92,80	0,66	0,09	22,03
4		хлеб	Хлеб ржаной хлеб пшеничный	25/30		58,75/59,40	1,90/1,98	0,20/0,36	12,30/11,88
5				итого		42			

на 2 апреля 2024 года

1 – 4 классы

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Сырники из творога с молочной кашей «Дружба»	50/150		292,26	12,92	14,39	31,09

2	гор. напиток	Чай с сахаром	190/10		40,00	0,07	0,02	10,01
3	хлеб	Хлеб ржаной	40		79,20	2,64	0,48	15,84
4	фрукты	яблоки	100		47	0,40	0,40	9,80
5			итого	66,76				
6								
7								

5 – 11 классы

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Суп-лапша домашняя с мясом птицы	250/20		132,55	5,65	6,10	11,62
2			гарнир						
3		гор. напиток	Чай с сахаром	190/10		40	0,07	0,02	10,01
4		хлеб	Хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88
5				итого	42				

на 3 апреля 2024 года

1 – 4 классы

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Гуляш из говядины	50/50		214,00	3,77	2,29	39,72
2			гор. напиток	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		41,32	0,11	0,02
3		хлеб	Хлеб ржаной	50		99,00	3,30	0,60	19,80
4		гарнир	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150		207	4,61	6,92	27,79
5		закуска	Сыр порционно	10		34,33	2,63	2,66	0
6			апельсин	100		43	0,8	0,20	8,1
			итого	66,76					

5 – 11 классы

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Гуляш из говядины	50/50		221	10,39	14,79	10,3
2			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150		214	3,77	2,29
3		гор. напиток	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		41,32	0,112	0,018	10,15
4		хлеб	Хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88
5				итого	42				

5 – 11 классы

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Овощи тушеные с мясом	50/150		271,50	12,48	15,68	19,34
2		гор. напиток	Компот из сухофруктов	200		92,80	0,66	0,09	22,03
3		хлеб	хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88
4									
5				итого	42				

на 6 апреля 2024 года

1 – 4 классы

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Биточки рыбные	90		193,30	13,17	10,70	15,79
2		гор. напиток	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		41,32	0,11	0,02	10,15
3		хлеб	хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88
4		гарнир	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150/3		223,35	3,63	6,50	37,58
5		закуска	Салат из квашеной капусты	60		51,42	1,02	3	5,07
6		фрукты							
			итого	66,76					

5 – 11 классы

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Шушпа с говядиной, с картофелем и овощами	250/20		143,67	7,95	3,58	16,97
2		гарнир							
3		гор. напиток	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		41,32	0,11	0,02	10,15
4		хлеб	хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88
5				итого	30				

Повар: Зеленая (Семайкина Н. Н.)