

Меню на 1 декабря 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

№		Прием пищи/ Наименование блюд	Выход	Энерг.ценность Ккал
1	Завтрак	каши овсяная молочная	200/5	182,2
2		пачка с маслом	180	84,3
3		бутерброд с маслом сливоч	30/5	111
	2-ой завтрак: сои		125	85.
1	обед	салат из моркови и яблок	50	37
2		Суп вермишевый с фрикадельками	200/15	182,6
3		Теленок из картофеля	160	324
4		котлет из говяжьих котлет	180	48,5
5		хлеб белый	82,5	82,5
6				
1	полдник	Кефир с сахаром	50	24
2		кефир	120	60,2
3		овсяная каша молочная	140	162,4
4		чай с сахаром	180/5	10,39
5		хлеб пшеничный	23	54,5

Меню на 1 декабря 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

	Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1.	Салат из отварной свеклы		60	53,1
2.	Гриль из птицы		200	211,2
3.	котлет из куриных котлет		200	117,5
4.	хлеб ржаной		20	40,8
5.	хлеб пшеничный		12	47,4

Меню на 1 декабря 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

	Наименование блюда	Обед 5-9	Выход	ккал
1.	Суп картофельный с грибами		150/10	153,5
2.	Гриль из птицы		200	211,2
3.	чай с сахаром		100	10,6
4.	хлеб пшеничный		10	47,4
5.	хлеб ржаной		12	40,8

Меню на 2 декабря 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

№		Прием пищи/ Наименование блюд	выход	Энерг.ценн ость Ккал
1	Завтрак	каша «Архива» молочная	200/15	143,8
2		чай с сахаром	100/5	10,38
3		бутерброд с сыром, маслом	30/4/3	14,6
		2-ой завтрак: фрукты св	100	58,2
1	обед	салат из св. капусты	50	43,5
2		свекольник с грибами	200/15	94
3		рыба с пюре	40/120	148
4		каша	180	40
5		хлеб пшеничный	25	54,5
6		хлеб ржаной	32,5	22,5
1	ПОЛДНИК	печенье	40	50
2		катык	120	365
3		яблоко	100	61,1
4		сок	125	49,0
5				

Меню на 2 декабря 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

№	Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1.	Салат из моркови и яблок		60	42,6
2.	каша гречневая вареная		150/5	148,8
3.	Бифштекс рубленый с соусом		60/30	148
4	чай с сахаром с маслом		200	41,6
5	хлеб пшеничный		20	47,4
6	хлеб ржаной		10	40,8

Меню на 2 декабря 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

№	Наименование блюда	Обед 5-9	Выход	ккал
1	Супи протертая с крупой		250/15	125,6
2	каша пшеничная рассыпчатая		180/5	121,2
3	котлетки рубленые из курицы		60/40	146,4
4	чай с сахаром с маслом		200	41,6
5	хлеб пшеничный / хлеб ржаной		20/10	47,4/40,8

Меню на 4 декабря 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

№		Прием пищи/ Наименование блюд	Выход	Энерг.ценн ость Ккал
1	Завтрак	каши геркулесовая с яблоками	200/5	182,3
2		чай с сахаром	100/5	89
3		бутерброд с сыром, мясом	30/2/3	146
	2-ой завтрак: фрукты		100	52,2
1	обед	Салат из свеклы и моркови	10	43,5
2		Суп картофельный с горохом	200/15	112
3		Кнели куриные - картофель	40	152
4		картофель отваренный	130	169,1
5		Пюре из картофеля	180	63
6		хлеб пшеничный / хлеб ржаной	23/32,5	54,5/81,5
1	полдник	чай	100	45,2
2		Печенье	120	64
3		бутерброд с сыром	10	130
4		чай с фруктами	180	69,1
5				

Меню на 4 декабря 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

№	Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1	Салат из моркови		60	66
2	картофель отваренный		150/5	1090
3	Пюре картофельное в соусе		60/40	90,4
4	чай с сахаром		200	41,6
5	хлеб ржаной		10	40,8
6	хлеб пшеничный		10	42,4

Меню на 4 декабря 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

№	Наименование блюда	Обед 5-9	Выход	ккал
1	Суп картофельный с мясом		200/10	153,5
2	каши пшеничная с яблоками		140/5	144,2
3	пюре картофельное в соусе		60/40	130,1
4	чай с сахаром		200	10,6
5	хлеб ржаной / хлеб пшеничный		20/10	40,8/42,4

Меню на 5 декабря 2023

Директор школы

«Утверждаю»

А.А.Калимуллин

№	Прием пищи/ Наименование блюд	Выход	Энерг.ценн ость Ккал
1	Завтрак Виноградная молочная кофейной напиток с молоком бутерброд с маслом сливочным	200г	199
2		180	85
3		200г	111
	2-ой завтрак: сок		
1	Обед Салат из свеклы Пюре картофельное Курица тушеная с рисом Тепл картофельная Каша Хлеб пшеничный хлеб ржаной	125	83
2		50	42
3		200г/15	156,3
4		20	149
5		130	155
6		180	40
1	Полдник крекер молоко кипяченое Запеканка творожная со сметаной Чай с сах с лимоном	23/25	54,1/81,5
2		10	11,6
3		120	63,4
4		100г	241
5		180	41,4

Меню на 5 декабря 2023

Директор школы

«Утверждаю»

А.А.Калимуллин

Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1	Салат из свеклы	50	56,1
2	Пюре из курицы	200	35,2
3	Напиток из лимонада	200	99,4
4	Хлеб ржаной	20	40,8
5	Хлеб пшеничный	20	42,4

Меню на 5 декабря 2023

Директор школы

«Утверждаю»

А.А.Калимуллин

Наименование блюда	Обед 5-9	Выход	ккал
1	Суп куриный с картофелем	250/15	149
2	Пюре картофельное	180	233,1
3	чай с сах с лимоном	200	11,6
4	Хлеб ржаной	20	40,8
5	Хлеб пшеничный	20	40,8

"Утверждаю"

Директор школы *Калимуллин* А.А.Калимуллин

меню на *4 декабря* 2023

№	Наименование блюда	Выход	ккл
<i>1</i>	<i>печенье Курасбее</i>	<i>15</i>	
<i>2</i>	<i>чай с сах с лимо</i>	<i>100</i>	

"Утверждаю"

Директор школы *Калимуллин* А.А.Калимуллин

меню на *5 декабря* 2023

№	Наименование блюда	Выход	ккл
<i>1</i>	<i>печенье</i>	<i>31</i>	
<i>2</i>	<i>чай с сахаром</i>	<i>100</i>	

"Утверждаю"

Директор школы *Калимуллин* А.А.Калимуллин

меню на *6 декабря* 2023

№	Наименование блюда	Выход	ккл
<i>1</i>	<i>варени</i>	<i>31</i>	
<i>2</i>	<i>чай с сах с лимо</i>	<i>100</i>	