

Меню на 11 января 2024

Директор школы А.А.Калимуллин «Утверждаю»  
А.А.Калимуллин



№	Прием пищи/ Наименование блюд	Выход	Энерг.ценн ость Ккал
1-3	Завтрак Сыр молодой с зеленью Батон с маслом, сыр Масл с соефая	200	100,2
		32/5/7	124,5
		180/5	19,8
2-ой завтрак: сои		200	86
1-6	Обед Салат из моркови Борщ со свекл. капустой Тефл из курицы Чаш с сахаром Хлеб ржаной Хлеб пшенич	50	24
		200/12	115,5
		155	296,4
		180/5	19,8
		40	21,6
		25	59,2
1-5	Полдник Запеканка мясная со смет. Фрукты Чай Хлеб	145/8	195,2
		180	82
		25	100,3

Меню на 11 января 2024

Директор школы А.А.Калимуллин «Утверждаю»  
А.А.Калимуллин



Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1. Салат из моркови		50	24
2. Макароны отваренные		200/12	115,5
3. котлетки из курицы с соусом		155	296,4
4. Масл с сахаром		180/5	19,8
5. Хлеб ржаной		40	21,6
6. Хлеб пшенич		25	59,2

Меню на 11 января 2024

Директор школы А.А.Калимуллин «Утверждаю»  
А.А.Калимуллин



Наименование блюда	Обед 5-9	Выход	ккал
1. Борщ со свекл. капустой		200/12	115,5
2. Тефл из курицы		155	296,4
3. Масл с соя с зеленым		180/5	19,8
4. Хлеб ржаной		40	21,6
5. Хлеб пшенич		25	59,2

Меню на 12 января 2024

Директор школы

«Утверждаю»  
А.А.Калимуллин



№	Прием пищи/ Наименование блюд	Выход	Энерг.ценн ость Ккал
1	Завтрак какао овсяная каша батон с мясом и сыром какао с молоком		182,1
2		82/55	137,6
3		180	90,1
	2-ой завтрак: яблоко	100	48,0
1	Обед Салат из кваш. капусты Рассольник Ленинградский Пюре картофельное Фрикадельки рубленые в том. соусе Каша хлеб ржано-пшеничный	50	39,8
2		200/10/6	144,2
3		60/20	84,6
4		60/20	84,6
5		180	86,1
6		40/25	81,6 / 59,2
1	Полдник макароны отварные с сыром Хлеб с сахаром	180	248,8
2		180/15	19,8
3			
4			
5			

Меню на 12 января 2024

Директор школы

«Утверждаю»  
А.А.Калимуллин



Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1	Салат из яблок, капусты с мясом	50	82,3
2	Пюре из картофеля	200	211,4
3	Каша из овсяных хлопьев	200	114,5
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	40,8
5	Хлеб пшеничный	20	48,4

Меню на 12 января 2024

Директор школы

«Утверждаю»  
А.А.Калимуллин



Наименование блюда	Обед 5-9	Выход	ккал
1	Рассольник Ленинградский	200/10/6	151,5
2	Пюре картофельное с мясом	60/20	122,3
3	Пюре картофельное	60/20	67,4
4	Хлеб с сахаром	200	20,6
5	Хлеб пшеничный, хлеб ржано-пшеничный	20/20	24,2 / 40,8