

Меню на 12 января 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



№	Прием пищи/ Наименование блюда	выход	Энерг.ценн ость Ккал
1-й завтрак	Валера пицца с колбасой	200/5	195,4
	Корейский салат с морковью	180	65
	Бутерброд с сыром, морковью	20/20	146
2-ой завтрак: Брускетт св.		100	61
обед	Салат из свеклы и моркови	50	57
	Чипсы из картофеля	200/5	1585
	Макарон по-домашнему	1,80	266
	Котлеты из курицы	180	45
	Хлеб пшеничный	23	54,5
	Хлеб ржаной	23,5	82,5
полдник	Варенье	20	135
	Котлеты	120	62,1
	Суп из твердого сыра	150/2	244,5
	Макарон из пшеницы	180/1	34,4

Меню на 12 января 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1. Салат из моркови		60	40
2. Макароны отварные		150/5	208,6
3. Котлеты рубленые из курицы		60/40	146,4
4. чай с сахаром		200	21,2
5. хлеб ржаной		20	40,8
6. хлеб пшеничный		20	47,4

Меню на 12 января 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

Наименование блюда	Обед 5-9	Выход	ккал
1. Борщ со свеклой	картофель	250/15	181,3
2. Суп из курицы		200	35,4
3. чай с сахаром с морковью		200	41,6
4. хлеб пшеничный		20	47,4
5. хлеб ржаной		20	40,8

Меню на 13 января 2023



Handwritten signature
«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

№	Прием пищи/ Наименование блюд	выход	Энерг.ценн ость Ккал
1	Завтрак каши овсяная молочная какао с молоком бутерброд с маслом	200/5	197,2
2		180	87,5
3		30/5	111
	2-ой завтрак: соул	125	85.
1	обед салат витаминный суп картофельный с овощами рыба тушеная картофель тушеный хлеб белый	50	20,8
2		200/15	182,6
3		100	32,4
4		180	48,5
5		37,5	82,5
6			
1	полдник чай с сахаром кефир овсяные хлопья чай с сахаром хлеб белый	50	22,1
2		20	60,2
3		180	167,4
4		180	49,38
5		23	54,5

Меню на 13 января 2023



Handwritten signature
«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1. блинчики овсяные		60	76,3
2. рыба тушеная		200	211,4
3. картофель с сухофруктами		200	117,5
4. хлеб белый		20	40,8
5. хлеб белый		20	40,8

Меню на 13 января 2023



Handwritten signature
«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

Наименование блюда	Обед 5-9	Выход	ккал
1. рассольник картофельный		250/10	152,8
2. рыба жареная с картофелем		120	122,1
3. рыба тушеная с овощами		60	67,4
4. чай с сахаром		200	20,6
5. хлеб белый / хлеб белый		20/20	40,8/40,8

Меню на 14 января 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



№	Прием пищи/ Наименование блюд	Выход	Энерг.ценность Ккал
Завтрак	каше - дружба' морков	200/15	143,8
	чай с сахаром	180/15	20,38
	бутерброд с сыром, морков	30/13	141
2-ой завтрак: Омуштык ив		100	53,2
обед	салат из моркови	50	34
	свекольник с фрикадельками	200/15	90
	Паштет с курочкой	40/20	141
	Панишон из урюка	180	63
	хлеб пшеничный	23	54,5
	хлеб ржачий	37,5	82,5
ПОЛДНИК	персик	40	308
	катык	60	621
	яблоко	100	53,2
	сок	125	79,0

Меню на 14 января 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1	Салат из картофеля со сметаной	40	21,3
2	каше пшеница рассыпчатая	150/15	158,2
3	котлеты рубленые из курицы	60/40	146,7
4	какао с молоком	200	98,1
5	хлеб ржачий	40	40,8
6	хлеб пшеничный		47,4

Меню на 14 января 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



Наименование блюда	Обед 5-9	Выход	ккал
1	Пир из свинины капуста	20/15	99,5
2	каше овсяная вареная	180/15	201
3	котлеты рубленые из курицы	60/40	146,7
4	чай с сахаром	200	41,6
5	хлеб ржачий / хлеб пшеничный	20/20	40,8 / 47,4