

Меню на 11 сентября 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



№	Прием пищи/ Наименование блюд	Выход	Энерг.ценн ость Ккал
1 2 3	Завтрак Каша овсяная с яблоком какао с молоком бутерброд с сыром, маслом	200/15	228
		100	233
		30/1/3	146
2-ой завтрак: яблоко		100	48
1	оупир с нормальное	50	60
2	борщ с капустой на суп	200/5	158,5
3	Гречка с отварен. говядиной	160	223
4	компот из сухофруктов	180	25
5	хлеб пшеничный	23	54,5
6	хлеб ржесый	31,5	82,5
1	яблоко	100	45,2
2	котлет	120	62,1
3	Говядина Говядиной	50	142
4	чай с сахаром	180	20,38
5	ПОЛДНИК		

Меню на 11 сентября 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



№	Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1	Салат из капусты		60	44,5
2	Каша гречневая вареная		150/5	143,8
3	Бифштекс рубленый с соусом		60/30	148
4	чай с сахаром		200	41,6
5	хлеб ржесый		20	40,8
6	хлеб пшеничный		20	44,4

Меню на 11 сентября 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



№	Наименование блюда	Обед 5-9	Выход	ккал
1	суп гороховый на суп		200/10	144
2	салат из отварен.		100/5	208,4
3	Гречка из курицы тушеной		60	104,2
4	чай с сахаром		200	201
5	хлеб ржесый / хлеб пшеничный		20/10	44,4 / 40,8

Меню на 12 сентября 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



№		Прием пищи/ Наименование блюд	выход	Энерг.ценн ость Ккал
1	завтрак	чай с молоком, сахаром	200/5	187,2
2		бутерброд со с. сыром	180/5	89
3			30/3	111
2-ой завтрак:		булочки	100	98,42
1	обед	пицца с ветчиной и помидорами	200/15	158,5
2		запеканка картофельная с мясом	180/5	280
3		котлеты из курицы с овощами	180	48,5
4		хлеб пшеничный	23	54,5
5		хлеб ржаной	325	81,5
6				
1	полдник	печенье	20	65
2		печенье	120	64
3		салат из моркови	50	325
4		запеканка из творога с яблоком	150	287
5		запеканка творожная	180/5	241

Меню на 12 сентября 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1	салат из моркови	60	66
2	макаронные изделия	150/5	208,4
3	котлеты рыбные из филе	60/40	146,4
4	чай с сахаром	200	22,6
5	хлеб пшеничный	20	40,8
6	хлеб пшеничный	20	40,8

Меню на 12 сентября 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



Наименование блюда	Обед 5-9	Выход	ккал
1	булочки со сметаной и помидорами	200/15	129,4
2	хлеб из ржаной муки	200	352
3	чай с сахаром	200	41,6
4	хлеб пшеничный	20	40,8
5	хлеб пшеничный	20	40,8

Меню на 13 октября 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



№	Прием пищи/ Наименование блюд	ВЫХОД	Энерг.ценн ость Ккал
Завтрак	кашее рисовая вегетарианская	200/5	148
	карфельной макарони с мясной	180	85
	бутерброд с сыром, медвежий	30/2/3	146
2-ой завтрак: фрукты св		100	92,68
Обед	Салат из овощей помид. огурцов	50	37
	Суп манная каша с курицей	200/15	110
	котлетки "Аппетитные"	70	121,2
	кашее перловая с овощами	130/4	180
	фруктами урюком	180	83
	хлеб пшеничный / хлеб ржаной	23/37.5	54.5/82
Полдник	Яблоко с пармезаном	50	232
	кефир	120	60,2
	чай май урюком	140	167,4
	чай с сахаром	180/5	20,38

Меню на 13 октября 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	ВЫХОД	ккал
1. Салат из белокоч. капуста		60	22,3
2. Рыба из помид		200	277,7
3. котлетки из свин. фарша		200	117,5
4. хлеб пшеничный		20	47,4
5. хлеб ржаной		20	40,8

Меню на 13 октября 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



Наименование блюда	Обед 5-9	ВЫХОД	ккал
1. Рассольник с капустой		25/10	157,5
2. Тефтели с картофелем		130/4	122,3
3. Суп куриный		60	67,4
4. чай с сахаром		200	20,6
5. хлеб пшеничный / хлеб ржаной		20/20	47,4/40,8

Меню на 14 октября 2023

Директор школы



«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

№		Прием пищи/ Наименование блюд	ВЫХОД	Энерг.ценн ость Ккал
1	Завтрак	Каша пшеница молочная	200/5	191,4
2		каша с яблоком	180	87,3
3		бутерброд с сыром сливочным	30/5	111
2-ой завтрак:		Фрукты св	100	92,68
1	обед	Пюре картофельное с морковью	30	12
2		Суп куриный с гороховой	200/15	112
3		Резанная капуста с овощами	130	243
4		Кефир	180	243
5		Хлеб пшеница	23	40
6		Хлеб ржаной	87,5	54,5
1	полдник	Чай	50	228
2		Печенье	120	65
3		Сок	100	92,68
4		Сок	12,5	65
5				

Меню на 14 октября 2023

Директор школы



«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

№	Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1.	Пюре картофельное		60	14,4
2.	каша пшеница рассыпчатая		150/15	158,2
3.	котлеты рыбные из курицы		60/40	146,4
4.	каша с яблоком		200	98,1
5.	хлеб пшеница		20	47,4
6.	хлеб ржаной		10	40,8

Меню на 14 октября 2023

Директор школы



«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

№	Наименование блюда	Обед 5-9	ВЫХОД	ккал
1.	Суп из свеклы с капустой		250/15	98,0
2.	каша пшеница рассыпчатая		180/5	201
3.	котлеты рыбные из курицы		60/40	146,4
4.	чай с сахаром с лимоном		200	41,6
5.	хлеб пшеница / хлеб ржаной		20/10	47,4 / 40,8

Директор школы А.А.Калимуллин

"Утверждаю"

меню на 12 октября 2023

№	Наименование блюда	ВЫХОД	ККЛ
1	пюре из картофеля	15	
2	чай с сахаром	200	

Директор школы А.А.Калимуллин

"Утверждаю"

меню на 13 октября 2023

№	Наименование блюда	ВЫХОД	ККЛ
1	пюре из картофеля	37	
2	чай с сахаром	200	

Директор школы А.А.Калимуллин

"Утверждаю"

меню на 14 октября 2023

№	Наименование блюда	ВЫХОД	ККЛ
1	вареники	31	
2	чай с сахаром	200	