

Меню на 16 декабря 2024 . Директор школы А.С.Галиуллина «Утверждаю» А.С.Галиуллина



№	Прием пищи/ Наименование блюд		выход	Энерг.ценн ость Ккал
1	завтрак	Каша Дружба	200	178,38
2		Батон с маслом	32/5	121,24
3		Чай с сахаром	180/5	19,64
	2-ой завтрак:яблоко		100	47
1	обед	Салат из белокачанной капусты	50	36,45
2		Суп картофельный с горохом на мк/б	211/10	129,22
3		Макаронны отварные	135	198,85
4		Гуляш из куриных грудок	70	153,02
5		Компот из свежих яблок	180	34,99
6		Хлеб ржаной/хлеб пшеничный	40/25	81,58/59
1	полдник			
2		Пирожок печеный с картофелем и луком	98	241,75
3		Печенье	25	104,25
4		Ряженка	120	48
5		Чай с молоком	160	61,97

Меню на 16 декабря 2024 И.О. Директор школы А.С.Галиуллина «Утверждаю» А.С.Галиуллина



№	Наименование блюда	горячий завтрак _ 1-4	Выход	ккал
1	Салат из моркови		60	65,62
2	Макаронны отварные с маслом		150,/5	215,73
3	Гуляш из говядины		90	205,14
4	Компот из сухофруктов		200	117,45
5	Хлеб ржаной		20	40,79
6	Хлеб пшеничный		20	47,36

Меню на 16 декабря 2024 . Директор школы А.С.Галиуллина «Утверждаю» А.С.Галиуллина



№	Наименование блюда	Обед 5-9	выход	
1	Суп картофельный с горохом на мк/б		250/10	173,61
2	Макаронны отварные с маслом		150/5	215,73
3	Гуляш из куриных грудок		60	103,47
4	Чай с сахаром		200	20,55
5	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной		20/20	47,36/40,79

Меню на 17 декабря 2024

Директор школы



«Утверждаю»
А.С.Галиуллина

№	Прием пищи/ Наименование блюд		выход	Энерг.ценн ость Ккал
1	Завтрак	Каша ячневая вязкая	200	169,74
2		Батон с сыром	32/7	110,09
3		Чай с сахаром с лимоном	180/5	21,39
2-ой завтрак:сок			200	86
1	обед	Салат из моркови	50	24,04
2		Суп картофельный с вермишелью	200/12	155,26
3		Каша гречневая рассыпчатая с мясным фаршем	155	311,75
4		Чай с сахаром	180/5	19,84
5		Хлеб ржаной	40	81,58
6				
1	полдник	Рагу овощное	160	195,51
2		Хлеб пшеничный	25	59,21
3		Чай с сахаром	180/5	19,84
4				
5				

Меню на 17 декабря 2024

Директор школы



«Утверждаю»
А.С.Галиуллина

№	Наименование блюда	горячий завтрак	1-4	Выход	ккал
1	Салат из моркови			60	65,99
2	Плов из курицы			200	356,97
3	яблоко			120	56,4
4	Чай с сахаром с лимоном			200	41,55
5	Хлеб ржаной			20	40,79
6	Хлеб пшеничный			20	47,36

Меню на 17 декабря 2024 И.О. Директор школы



«Утверждаю»
А.С.Галиуллина

№	Наименование блюда	Обед	5-9	выход	
1	Суп картофельный с вермишелью с курицей			250/15	145,79
2	Картофель тушеный с фаршем			180	204,04
3	Чай с сахаром с лимоном			200	41,55
4	Хлеб пшеничный			20	47,36
5	Хлеб ржаной			20	40,79

Меню на 18 декабря 2024

Директор школы

«Утверждаю»

А.С.Галиуллина



Алиф

№	Прием пищи/ Наименование блюд	выход	Энерг.ценн ость Ккал
1	Завтрак Каша пшениая молочная	200	215,67
2		32/5/5	137,14
3		180	89,56
	2-ой завтрак:яблоко	100	47
1	обед Салат из квашеной капусты	50	55,07
2		200/10	124,70
3		135	116,34
4		70	147,56
5		180	30,96
6		40/25	81,58
1	полдник Пирожок печеный с капустой	95	212,48
2		30	1,06
3		160	61,97
4		120	34,2
5			

Меню на 18 декабря 2024

Директор школы

«Утверждаю»

А.С.Галиуллина



Алиф

№	Наименование блюда	горячий завтрак _ 1-4	Выход	ккал
1	Салат из квашеной капусты		60	35,73
2	Пюре картофельное с маслом		150	136,82
3	Рыба припущенная в соусе		60/40	89,44
4	Какао с молоком		200	98,09
5	Хлеб ржаной		20	40,79
6	Хлеб пшеничный		20	47,36

Меню на 18 декабря 2024

Директор школы

«Утверждаю»

А.С.Галиуллина



Алиф

№	Наименование блюда	Обед 5-9	выход	
1	Рассольник Ленинградский на мк/б		250/10	151,05
2	Каша гречневая с маслом сливочным		150/5	143,83
3	Куриные фрикадельки в соусе		70/30	94,61
4	Чай с сахаром		200	20,55
5	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной		20/20	47,36/40,79

Меню на 19 декабря 2024

Директор школы

«Утверждаю»

А.С.Галиуллина

4



№	Прием пищи/ Наименование блюд	выход	Энерг.ценн ость Ккал
1	Завтрак Каша пшеничная молочная	200	174,42
2		32/5	121,24
3		180	90,05
	2-ой завтрак:сок	200	86
1	Обед Салат из моркови	50	24,04
2		211/12	115,54
3		135	212,61
4		60/20	110,9
5		180	80,02
6		40/25	81,58
1	Полдник Запеканка рисовая с творогом с повидлом	145/8	301,35
2		25	104,25
3		120	48
4		150/4	17,22
5			

Меню на 19 декабря 2024

Директор школы

«Утверждаю»

А.С.Галиуллина



Наименование блюда	горячий завтрак <u>1-4</u>	Выход	ккал
1	Салат из моркови и яблок	60	42,56
2	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	150,/5	111,59
3	Котлеты рубленые из курицы в соусе	60/40	137,67
4	Чай с сахаром	200	20,55
5	Хлеб ржаной	20	40,79
6	Хлеб пшеничный	20	47,36

Меню на 19 декабря 2024

Директор школы

«Утверждаю»

А.С.Галиуллина



Наименование блюда	<u>Обед 5-9</u>	выход	
1	Борщ со свежей капустой с курицей	250/15	129,42
2	Макароны отварные с маслом	150/5	215,73
3	Пыба пртпущенная	60	66,97
4	Чай с сахаром с лимоном	200	41,55
5	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	20/20	47,36/40,79

Меню на 20 декабря 2024

Директор школы



«Утверждаю»
А.С.Галиуллина

№	Прием пищи/ Наименование блюд	выход	Энерг.ценн ость Ккал
1	Завтрак Каша манная молочная	200	137,25
2		32/5/7	147,49
3		180	67,21
	2-ой завтрак:яблоко	100	47
1	обед Салат из свеклы	50	41,16
2		200/10	111,84
3		155	192,61
4		180	86,06
5		40	81,58
6			
1	полдник Макароны отварные с сыром	160	254,18
2		25	57,43
3		180/5/4	21,39
4			
5			

Меню на 20 декабря 2024

Директор школы



«Утверждаю»
А.С.Галиуллина

№	Наименование блюда	Выход	ккал
	горячий завтрак <u>1-4</u>		
1	Салат из отварной свеклы	60	55,99
2	Рагу из птицы	200	211,7
4	Компот из сухофруктов	200	117,45
5	Хлеб ржаной	20	40,79
6	Хлеб пшеничный	20	47,36

Меню на 20 декабря 2024

Директор школы



«Утверждаю»
А.С.Галиуллина

№	Наименование блюда	выход	
	<u>Обед 5-9</u>		
1	Суп любительский гречневый на мк/б	250/10	155,05
2	Рагу из птицы	190	201,49
3	Чай с сахаром	200	20,55
4	Хлеб пшеничный	20	47,36
5	Хлеб ржаной	20	40,79

Меню на 21 декабря 2024

Директор школы

А.С. Галиуллина «Утверждаю»
А.С. Галиуллина

№	Прием пищи/ Наименование блюд	Выход	Энерг.ценн ость Ккал
1	Завтрак Каша овсяная молочная	200	182,21
2		32/5	123,86
3		180/5	19,84
	2-ой завтрак:сок	200	86
1	обед Салат из моркови и яблок	50	35,76
2		200/12	101,97
3		155	296,43
4		180	30,96
5		40	81,58
6		25	59,21
1	полдник Печенье	50	203,5
2		200	86
3		100	47
4			
5			

Меню на 21 декабря 2024

Директор школы

А.С. Галиуллина «Утверждаю»
А.С. Галиуллина

№	Наименование блюда	Выход	ккал
	горячий завтрак <u>1-4</u>		
1	Салат из белокочанной капусты	60	47,46
2	Каша гречневая вязкая с маслом	150,/5	148,83
3	Бифштекс рубленый с соусом	60/30	143,67
4	Чай с сахаром с лимоном	200	41,55
5	Хлеб ржаной	20	40,79
6	Хлеб пшеничный	20	47,36

Меню на 21 декабря 2024

Директор школы

А.С. Галиуллина «Утверждаю»
А.С. Галиуллина

№	Наименование блюда	Выход	ккал
	<u>Обед 5-9</u>		
1	Суп крестьянский с крупой	250/15	125,6
2	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	170/5	121,16
3	Котлеты из курицы в соусе	60/40	146,39
4	Чай с сахаром с лимоном	200	41,55
5	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	20/20	47,36/40,79

"Утверждаю"
Директор школы *А.С.Галиуллина* А.С.Галиуллина

меню на *16 декабря* 2024

№	Наименование блюда	ВЫХОД	ККЛ
<i>1</i>	<i>варени</i>	<i>37</i>	
<i>2</i>	<i>чай с сахаром</i>	<i>200</i>	

"Утверждаю"
Директор школы *А.С.Галиуллина* А.С.Галиуллина

меню на *17 декабря* 2024

№	Наименование блюда	ВЫХОД	ККЛ
<i>1</i>	<i>котлеты куриные</i>	<i>15</i>	
<i>2</i>	<i>чай с сахаром</i>	<i>200</i>	

"Утверждаю"
Директор школы *А.С.Галиуллина* А.С.Галиуллина

меню на *18 декабря* 2024

№	Наименование блюда	ВЫХОД	ККЛ
<i>1</i>	<i>красная</i>	<i>37</i>	
<i>2</i>	<i>чай с сахаром</i>	<i>200</i>	

"Утверждаю"
Директор школы А.С.Галиуллина



меню на 19 декабря 2024

№	Наименование блюда	ВЫХОД	ККЛ
1	варени	37	
2	чай с сах аром	200	

"Утверждаю"
Директор школы А.С.Галиуллина



меню на 20 декабря 2024

№	Наименование блюда	ВЫХОД	ККЛ
1	печенье кунное	15	
2	чай с сах в масле	200	

"Утверждаю"
Директор школы А.С.Галиуллина



меню на 21 декабря 2024

№	Наименование блюда	ВЫХОД	ККЛ
1	пресек	37	
2	чай с сахаром	200	