

Меню на 20 декабря 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



№	Прием пищи/ Наименование блюд	Выход	Энерг.ценн ость Ккал	
1	Завтрак кашея овсяная молочная	200/5	228	
2		100	84,3	
3		30/2/3	146	
2-ой завтрак: Мюсли со				
1	а. соленье	100	45	
2	перцы из св капусты на масле	50	61,0	
3	Тюб из ствареной говядины	20/5	158,3	
4	колбасы из сухожирной св	100	32,3	
5	хлеб пшеничный	100	95	
6	хлеб ржаной	23	54,5	
1	ПОЛДНИК яблоко	37,5	82,5	
2		каштан	100	45,1
3		Пюре картофельное	100	62,1
4		чай с сахаром	100	14,2
5			100	20,38

Меню на 20 декабря 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1. Салат из овощей капуста		60	44,5
2. каша гречневая берка		100/5	143,8
3. Бигриетте ржаной с соусом		60/30	148
4 чай с сах с лимонным		100	41,6
5 хлеб пшеничный		10	42,4
6 хлеб ржаной		10	40,8

Меню на 20 декабря 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



Наименование блюда	Обед 5-9	Выход	ккал
1 сыр карбонад с горохом		250/10	124
2 салат овощной стварено		100/5	208,4
3 пюре из картофеля пюре		60	104,2
4 чай с сахаром		100	10,6
5 хлеб пшеничный / хлеб ржаной		20/20	42,4 / 40,8

Меню на 21 декабря 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



№	Прием пищи/ Наименование блюд	выход	Энерг.ценн ость Ккал
1 2 3	Завтрак каша овсяная с молоком чай с молоком, сахаром бутерброд с мясом сливочным	200/5	184,2
		180/5	89
		300/5	111
2-ой завтрак: сок		125	98,42
1 2 3 4 5 6	Обед Салат из свеклы филе из свинины капуста Запеканка из картофеля котлет из свинины овощи хлеб пшеничный хлеб ржаной	50	43,5
		200/15	158,5
		150/2	290
		180	48,5
		23	54,5
		32,5	82,5
1 2 3 4 5	Полдник персик Творожная Салат из моркови Запеканка из творога Творожок сметанный	20	65
		110	64
		50	37,5
		150	171
		180/5	80,1

Меню на 21 декабря 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1	Салат из моркови	60	66,0
2	Макаронные изделия	150/15	108,4
3	Котлет из курицы в соусе	60/40	146,0
4	чай с сахаром	200	20,6
5	хлеб пшеничный	20	47,4
6	хлеб ржаной	20	40,8

Меню на 21 декабря 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



Наименование блюда	Обед 5-9	Выход	ккал
1	Котлет из свинины капуста	250/15	129,4
2	Филе из курицы	200	35,4
3	чай с сахаром сливочным	200	41,6
4	хлеб пшеничный	20	47,4
5	хлеб ржаной	20	40,8