

Меню на 9 октября 2023

Директор школы

Калимуллин «Утверждаю»
А.А.Калимуллин

№		Прием пищи/ Наименование блюд	Выход	Энерг.ценн ость Ккал
1	Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200/5	182,3
2		чай с лимоном, сахар	180/5	89
3		Бутерброд с сыром, колбасой	30/2/3	146
	2-ой завтрак: <u>яблоко</u>		100	52,2
1	обед	Салат из свеклы капуста	50	43,5
2		Суп гороховый с фасолью	200/15	112
3		Биточки куриные «Сочные»	40	132
4		Макарон отваренные	130	169,2
5		компот из яблок	180	63
6		хлеб пшеничный /хлеб ржаной	23/37,5	54,5/82,5
1	полдник	яблоко	100	45,2
2		Творожок	120	64
3		булочка сдобная	50	130
4		чай фруктовый	180/2	69,5
5				

Меню на 9 октября 2023

Директор школы

Калимуллин «Утверждаю»
А.А.Калимуллин

	Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1.	Салат из моркови		60	60
2.	макарон отваренные		130/15	208,4
3.	Рыба филе в соусе		60/40	90,7
4.	чай с сахаром с лимоном		200	41,6
5.	хлеб пшеничный		20	48,4
6.	хлеб ржаной		10	40,8

Меню на 9 октября 2023

Директор школы

Калимуллин «Утверждаю»
А.А.Калимуллин

	Наименование блюда	Обед 5-9	Выход	
1.	Суп куриный		200/10	153,5
2.	каша пшеничная рассыпчатая		170/15	144,2
3.	мясо куриное в соусе		60/40	150,1
4.	чай с сахаром		200	20,6
5.	хлеб пшеничный /хлеб ржаной		20/10	48,4/40,8

Меню на 10 октября 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



№	Прием пищи/ Наименование блюд	ВЫХОД ООШ	Энерг.ценн ость Ккал	
Завтрак	1. Каша пшеничная молочная	200/15	194	
	2. Кофе с молоком	100	65	
	3. Пирожок с яблоком, сметана	30/1	111	
2-ой завтрак: сок			125	83
Обед	1. Рассольник	200/15	186,3	
	2. Блинчики с мясом и сметаной	70	129	
	3. Подорожник	130	155	
	4. Каша	180	40	
	5. Хлеб пшеничный	23	54,5	
	6. Хлеб ржаной	37,5	82,5	
Полдник	1. Крекер	10	11,6	
	2. Молоко	120	63,4	
	3. Запеканка творожная со сметаной	150/2	241	
	4. Чай с сахаром	180/5	41,4	
	5. Хлеб пшеничный / хлеб ржаной			

Меню на 10 октября 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин




Наименование блюда	Выход	ккал
1. Оmelette из отварен. овощей	60	56,1
2. Творог из сметаны	200	357
3. Запеканка из творога	200	99,4
4. Хлеб пшеничный	10	43,4
5. Хлеб ржаной	10	40,8

Меню на 10 октября 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



Наименование блюда	Выход	ккал
1. Суп с вермишелью (карри)	200/15	145
2. Пирожок пшеничный	180	233
3. Чай с сахаром	200	41,6
4. Хлеб пшеничный	10	40,8
5. Хлеб пшеничный	20	41,4

"Утверждаю"
Директор школы *Калимуллин* А.А. Калимуллин

меню на *9 октября* 2023

№	Наименование блюда	Выход	Ккл
<i>1</i>	<i>печенье курабве</i>	<i>15</i>	
<i>2</i>	<i>чай с сах с лимон</i>	<i>200</i>	

"Утверждаю"
Директор школы *Калимуллин* А.А. Калимуллин

меню на *10 октября* 2023

№	Наименование блюда	Выход	Ккл
<i>1</i>	<i>печенье</i>	<i>31</i>	
<i>2</i>	<i>чай с сахаром</i>	<i>200</i>	

"Утверждаю"
Директор школы *Калимуллин* А.А. Калимуллин

меню на *11 октября* 2023

№	Наименование блюда	Выход	Ккл
<i>1</i>	<i>варенье</i>	<i>31</i>	
<i>2</i>	<i>чай с сах с лимон</i>	<i>200</i>	