



МЕНЮ
на «23» января 2023г.

Завтрак 5-11 классы(группа)

| № | Наименование блюд | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
|----|-------------------|-------------|-------|-------|----------|--------|
| 1. | Каша рисовая | 1/210 | 3,09 | 4,07 | 36,98 | 197 |
| 2. | Сыр (порционно) | 1/15 | 3,48 | 4,43 | 0 | 54,6 |
| 3. | Какао на молоке | 1/200 | 3,52 | 3,72 | 25,49 | 145,2 |
| 4. | Яблоко | 1/100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| 5. | Хлеб пшеничный | 1/50 | 3,8 | 0,45 | 24,9 | 113,22 |
| 6. | Яйцо | 1/40 | 6,1 | 5,52 | 0,34 | 75,36 |
| | Итого: | | 20,39 | 18,59 | 97,51 | 632,38 |

Обед 5-11 класс (группа)

| № | Наименование блюд | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
|----|--|-------------|-------|-------|----------|--------|
| 1. | Салат из свеклы | 1/100 | 1,43 | 6,09 | 8,36 | 93,6 |
| 2. | Суп картофельный с рыбными консервами | 1/250 | 6,89 | 6,72 | 11,47 | 133,8 |
| 3. | Шницель | 1/80 | 12,44 | 9,24 | 12,56 | 183 |
| 4. | Макаронные изделия отварные | 1/200 | 7,36 | 6,02 | 35,26 | 224 |
| 5. | Компот из сухофруктов | 1/200 | 0,04 | 0 | 24,76 | 94,2 |
| 6. | Хлеб пшеничный | 1/25 | 3,8 | 0,45 | 24,9 | 113,22 |
| 7. | Хлеб ржаной | 1/40 | 2,75 | 0,5 | 17 | 85 |
| | Итого: | | 34,71 | 29,02 | 134,31 | 926,82 |

Стоимость дня питания – 143,37руб.

Ответственный за организацию горячего питания
Повар
Медицинская сестра

Пензина
Боздунова
Лобурева

Пензина Н.И.
Боздунова В.С.
Лобурева Е.А.



МЕНЮ

на «23» января 2023г.

Завтрак 1-4 классы

| № | Наименование блюд | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
|----|-------------------|-------------|-------|--------|----------|--------|
| 1. | Каша рисовая | 1/200 | 3,82 | 9,191 | 21,893 | 199,75 |
| 2. | Какао на молоке | 1/200 | 3,52 | 3,72 | 25,49 | 145,2 |
| 3. | Яйцо вареное | 1/40 | 6,1 | 5,52 | 0,34 | 75,36 |
| 4. | Яблоко | 1/100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| 5. | Хлеб пшеничный | 1/50 | 3,8 | 0,45 | 24,9 | 113,22 |
| | Итого: | | 17,64 | 19,281 | 82,423 | 580,53 |

Второй завтрак (1-4 класс)

| № | Наименование блюд | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
|----|-------------------|-------------|-------|------|----------|-------|
| 1. | Сок | 1/200 | 0,74 | 0 | 21,56 | 88,48 |
| | Итого: | | 0,74 | 0 | 21,56 | 88,48 |

Обед 1-4 класс

| № | Наименование блюд | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
|----|--|----------|-------|-------|----------|--------|
| 1. | Салат из свеклы | 1/80 | 0,86 | 3,65 | 5,05 | 56,34 |
| 2. | Суп картофельный с рыбными консервами | 1/200 | 6,89 | 6,72 | 11,47 | 133,8 |
| 3. | Шницель | 1/80 | 12,44 | 9,24 | 12,56 | 183 |
| 4. | Макаронные изделия отварные | 1/150 | 5,52 | 4,52 | 26,45 | 168,45 |
| 5. | Компот из сухофруктов | 1/200 | 0,04 | 0 | 24,76 | 94,2 |
| 6. | Хлеб пшеничный | 1/25 | 3,8 | 0,45 | 24,9 | 113,22 |
| 7. | Хлеб ржаной | 1/40 | 2,75 | 0,5 | 17 | 85 |
| | Итого: | | 31,44 | 21,43 | 117,14 | 777,67 |

Стоимость дня питания – 133,34 руб.

Ответственный за организацию горячего питания
Повар
Медицинская сестра

Пензина
Боздунова
Лобурева

Пензина Н.И.
Боздунова В.С.
Лобурева Е.А.