



МЕНЮ на «30» январь 2023г.

Завтрак 1-4 класс

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1.	Каша геркулесовая	1/200	4,29	3,87	33,69	187,15
2.	Масло сливочное	1/50	13,78	12,64	60,11	394,55
3.	Какао на молоке	1/200	0,434	0	12,725	46,033
4.	Варёное яйцо	1/60	0,46	3,65	1,43	40,38
5.	Хлеб пшеничный	1/50	3,8	0,45	24,9	113,22
	Итого:		22,764	20,61	132,855	781,333

Стоимость завтрака – 63,72 руб.

Второй завтрак (1-4 класс)

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1.	Бананы	1/100	0	0	10	47
	Итого:		0	0	10	47

Стоимость второго завтрака- 38,00 руб.

Обед 1-4 класс (группа)

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1.	Салат из свёклы	1/100	1,37	4,08	8,84	67,8
2.	Уха «Ростовская»	1/200	1,4	3,91	6,79	84,75
3.	Гуляш мясной	1/80	10,64	3,76	7,67	107
4.	Каша гречневая	1/150	3,06	4,8	20,45	137,25
5.	Сок	1/200	8,7	8,8	54,8	339
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:		31,72	26,3	140,45	901,61

Стоимость обеда – 69,62 руб.

Ответственный за организацию горячего питания
Повар
Медицинская сестра

Пензина
Боздунова
Лобурева

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



МЕНЮ
на «30» январь 2023г.

Завтрак 5-11 класс(группа)

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1.	Каша манная	1/200	4,29	3,87	33,69	187,15
2.	Бутерброд с маслом и сыром	1/50	13,78	12,64	60,11	394,55
3.	Чай с сахаром и лимоном	1/200	0,434	0	12,725	46,033
4.	Салат из свежих огурцов	1/100	0,76	6,09	2,38	0,03
5.	Хлеб пшеничный	1/50	3,8	0,45	24,9	113,22
	Итого:		23,064	23,05	133,805	740,983

Обед 5-11 класс (группа)

№	Наименование блюд	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1.	Салат витаминный	1/100	2,28	6,8	14,73	87,23
2.	Щи изб/ккапусты	1/250	1,75	4,89	8,49	84,75
3.	Котлеты мясные	1/80	10,64	3,76	7,67	107
4.	Картофельное пюре	1/200	4,08	6,4	27,26	183
5.	Компот из сухофруктов	1/200	8,7	8,8	54,8	339
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	31,6	154,85	999,2

Стоимость дня питания –143,37 руб.

Ответственный за организацию горячего питания
Повар
Медицинская сестра

Пензина
Боздунова
Лобурева

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