

Меню на 16 января 2023

Директор



«Утверждаю»

А.А.Калимуллин

№		Прием пищи/ Наименование блюд	Выход	Энерг.ценн ость Ккал
1	Завтрак	Каша перловая молочная	200/5	181,3
2		чай с молоком, сахаром	180/5	89
3		Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	146
	2-ой завтрак:			
		Фрукты и	100	58,2
1	Обед	Салат из св. капусты	50	43,5
2		Суп картофельный с горохом	200/15	112
3		Биточки куриные, Соусомекс	70	152
4		Макароны отварные	130	169,2
5		Жареное из уюка	180	63
6		Хлеб пшеничный / хлеб ржаной	23/32,5	54,5/82,15
1	Полдник	Сок	100	45,2
2		Рисовая	120	64
3		Салат с яблоками	50	178
4		Хлеб французский	180/17	69,1
5				

Меню на 16 января 2023

Директор



«Утверждаю»

А.А.Калимуллин

Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1	Салат из капусты	50	53,4
2	Макароны отварные	150/5	208,4
3	Курица из говядины	90	206,1
4	Колбас из сосисок	200	117,5
5	Хлеб ржаной	20	40,8
6	Хлеб пшеничный	20	48,4

Меню на 16 января 2023

Директор



«Утверждаю»

А.А.Калимуллин

Наименование блюда	Обед 5-9	Выход	ккал
1	Суп картофельный с горохом	200/10	117,4
2	Макароны отварные	150/5	208,4
3	Курица из курицы тушеная	60	104,2
4	Хлеб с сахаром	200	20,6
5	Хлеб пшеничный, /хлеб ржаной	20/20	48,4/40,8

Меню на 17 января 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин



№	Прием пищи/ Наименование блюд	Выход	Энерг.ценн ость Ккал
1	Завтрак		
2	кашечка пшеничная с маслом	200/5	194
3	кофеинат чайник с молоком	180	65
4	бурдюк с маслом сливоч.	30/5	14
5	2-ой завтрак:		
6	сок	125	83
7	Салат из свеклы	50	42
8	Суп крестьянский с фрикадельками	200/15	180
9	Буженина свиная из печи	40	128
10	Гречка картофельная	130	155
11	Компот из сухофруктов	180	43
12	Хлеб пшеничный /чай рисовый	23/37.5	54.5/82.5
13	полдник		
14	крекер	10	16
15	молоко кипяченое	120	63.4
16	Салат из моркови и яблок	30	34
17	Запеканка творожная с яблоками	180/2	241
18	чай с сахаром с лимоном	180/5/5	41.4

Меню на 17 января 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1.	Салат из отварной свеклы	60	56.1
2.	Гречка из курицы	200	354
3.	чай с сахаром с лимоном	200	41.6
4.	Хлеб пшеничный	20	40.8
5.	Хлеб пшеничный	20	42.4

Меню на 17 января 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

Наименование блюда	Обед 5-9	Выход	ккал
1.	Суп крестьянский с курицей	200/15	180.9
2.	картофель тушеный с фаршем	180	221.8
3.	чай с сахаром с лимоном	200	41.6
4.	хлеб пшеничный	20	42.4
5.	хлеб пшеничный	20	40.8



"Утверждаю"
Директор школы



меню на 16 января 2023

№	Наименование блюда	выход	ккл
1	печенье му-пшенич	20	79
2	чай с сах с лимоном	200	22.2

"Утверждаю"
Директор школы



меню на 17 января 2023

№	Наименование блюда	выход	ккл
1	печенье курабье	15	73.8
2	чай с сах с лимоном	200	22.2