

Меню на 27 января 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

№	Прием пищи/ Наименование блюд	Выход	Энерг.ценн ость Ккал
1	Завтрак Каша овсяная с молоком	200/15	184,2
2		180	84,3
3		30/5	111
	2-ой завтрак: сок	125	85
1	обед Салат «Витаминный»	50	30,8
2		200/15	182,6
3		260	324
4		180	78,3
5		275	82,5
6			
1	полдник Каша с сахаром	50	24
2		120	164,4
3		180/5	20,38
4		23	54,5
5			

Меню на 27 января 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1. Витаминный салат		60	28,3
2. Сок из яблок		200	211,4
3. Каша из сухариков		200	117,5
4. Хлеб ржаной		20	40,8
5. Хлеб пшеничный		20	44,4

Меню на 27 января 2023

Директор школы

«Утверждаю»
А.А.Калимуллин

Наименование блюда	Обед 5-9	Выход	ккал
1. Рассольник с маринованным огурцом		180	154,8
2. Суп картофельный		180	122,1
3. Рыба запеченная		60	64,4
4. Каша с сахаром		200	20,6
5. Хлеб ржаной / хлеб пшеничный		20/20	40,8/44,4

Меню на 28 января 2023

Директор школы

«Утверждаю»

А.А.Калимуллин

№		Прием пищи/ Наименование блюд	Энерг.ценн ость Ккал
1	Завтрак	Каша «Дружба» молочная	173,8
2		Масло с сахаром	20,38
3		Бутерброд с сыром, маслом	146.
	2-ой завтрак: Фрукты		100
1	Обед	Салат из моркови	50
2		Свекольник с фрикадельками	200/15
3		Фасоль с курицей	40/120
4		Фаршоты из укропа	180
5		Хлеб пшеничный	23
6		Хлеб ржаной	37,5
1	Полдник	Чай	40
2		Каша	120
3		Сыр	100
4		Сыр	125
5		Сыр	79.

Меню на 28 января 2023

Директор школы

«Утверждаю»

А.А.Калимуллин

Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1.	Салат из картофеля со св. огурцами	60	61,3
2.	Каша пшеница рассыпчатая	150/5	158,2
3.	Котлеты рубл. из курицы с сыр.	60/40	146,7
4.	Каша с яблоком	200	98,1
5.	Хлеб ржаной	20	40,8
6.	Хлеб пшеничный	20	47,4.

Меню на 28 января 2023

Директор школы

«Утверждаю»

А.А.Калимуллин

Наименование блюда	Обед 5-9	Выход	ккал
1.	Чай из свежих фруктов	250/5	99,9
2.	Каша пшеница рассыпчатая	150/5	201
3.	Котлеты рубл. из курицы с сыр.	60/40	146,7
4.	Масло с сахаром	100	41,6
5.	Хлеб ржаной / хлеб пшеничный	20/20	40,8/47,4.