

Директор школы

Утверждаю.

Квачева Г.И.

2021г.



МЕНЮ

на 18 ноября 2021г.

1-4 классы

Наименование блюд	Выход, гр., мл.	Химический состав		Углево ды	Калорий ность, ккал.
		белки, гр.	жиры , гр.		
1-й день Горячий обед					
Салат из свеклы с яблоками (№ рецептуры 34 М.П..Могильный-В.А.Тутельян,2010)	60	0,79	3,08	5,98	52,47
Суп картофельный с горохом (т/к № 139, 110307)	200	4,3	4,5	15,64	120,52
Гуляш из мяса птицы (т/к № 120601)	80	9,69	8,05	1,91	110,59
гарнир: макаронные изделия отварные (т/к № 38 МП..Могильный-В.А.Тутельян,2010)	150	5,52	4,52	26,45	168,45
Кисель из концентрата плодового или ягодного (т/к № 78 А.Я.Перевалов-2013)	200	1,4	0	29,0	122,0
Хлеб пшеничный (т/к № 200102)	40	3,28	0,56	0,52	78,0
Хлеб ржано-пшеничный (т/к № 200103)	20	1,72	0,31	0,31	47,06
Фрукт	100	0,93	0,4	13	62
Итого за 8-й день:	850	27,63	21,42	92,81	761,09

Директор школы

Утверждаю.

Квачева Г.И.

2021г.



МЕНЮ

на 18 ноября 2021г.

5-11 классы

Наименование блюд	Выход, гр., мл.	Химический состав		Углево ды	Калорий ность, ккал.
		белки, гр.	жиры , гр.		
1-й день Горячий обед					
Салат из свеклы с яблоками (№ рецептуры 34 М.П..Могильный-В.А.Тутельян,2010)	100	1,31	5,12	9,96	87,45
Суп картофельный с горохом (т/к № 139, 110307)	250	5,38	5,63	19,55	150,65
Гуляш из мяса птицы (т/к № 120601)	80	9,69	8,05	1,91	110,59
гарнир: макаронные изделия отварные (т/к № 38 МП..Могильный-В.А.Тутельян,2010)	180	6,62	5,42	31,74	202,14
Кисель из концентрата плодового или ягодного (т/к № 78 А.Я.Перевалов-2013)	200	1,4	0	29,0	122,0
Хлеб пшеничный (т/к № 200102)	40	3,28	0,56	0,52	78,0
Хлеб ржано-пшеничный (т/к № 200103)	20	1,72	0,31	0,31	47,06
Итого за день:	870	29,4	25,09	92,99	797,89