

Утверждаю
Директор школы: *Кеф*



Меню

День среда 01.06.2022

16.06.2022

Неделя 1

3

Сезон летний

Возрастная категория 1-10кл.

Завтрак		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
Каша овсяная молочная жидкая с сахаром и маслом	200	318
Чай с сахаром	200	60
Яблоки свежие	100	44,00
Хлеб пшеничный	30	72,6
Итого	540	494,6
Обед		
Огурец свежий	60	6
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	87,2
Котлета мясная домашняя с соусом	100	180
Макароны отварные с маслом	150	205,5
Компот из сухофруктов	200	124
Хлеб пшеничный	20	58,5
Хлеб ржано-пшеничный	30	65,7
Итого	740	726,9

Утверждаю
Директор школы: *Колесникова* /Н.С. Кириосова/



Меню

День Четверг 02.06.2022 17.06.2022 .

Неделя 1 3 .

Сезон летний .

Возрастная категория 1-10кл. .

Завтрак		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
Каша молочная жидкая пшеничная с маслом и сахаром	250	369,31
Сыр порционно	10	36,00
Чай с молоком	200	81
Хлеб пшеничный	30	72,6
Итого	490	558,91
Обед		
Свекла отварная с растительным маслом	60	47,0
Суп картофельный с бобовыми(горох)	200	133,6
Рагу с птицей	200	278,4
Компот из свежих плодов	200	112,7
Хлеб пшеничный	30	72,6
Хлеб ржано-пшеничный	30	65,7
Итого	720	710,0



Утверждаю
Директор школы: Киринослова/

Меню

День Пятница 03.06.2022 20.06.2022
Неделя 1 4
Сезон летний
Возрастная категория 1-10кл.

Завтрак		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
Каша манная молочная с сахаром и маслом	250	330,68
Масло порционно	10	66,00
Чай с сахаром и лимоном	205	62
Хлеб пшеничный	40	110
Итого	505	568,68
Обед		
Огурец свежий	60	6
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	94
Птица тушеная в сметанном соусе	100	119
Каша рассыпчатая пшеничная	130	211,25
Напиток лимонный	200	93
Хлеб пшеничный	40	110
Хлеб ржано-пшеничный	30	65,7

Утверждаю
Директор школы:  /Н.С. Кириосова/



Меню

День Понедельник 06.06.2022 21.06.2022
Неделя 2 4
Сезон летний
Возрастная категория 1-10кл.

Завтрак		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
Суп молочный сладкий с макаронными изделиями	250	169,2
Какао с молоком	200	118,6
Масло порционно	10	66,0
Печенье	30	117
Хлеб пшеничный	30	72,6
Итого	520	426,4
Обед		
Зеленый горошек консервированный	60	42,12
Суп картофельный с крупой (пшено)	200	90,4
Рыба тушеная с овощами	100	112
Каша рисовая рассыпчатая с маслом	130	226,87
Компот из свежих плодов	200	112,7
Хлеб пшеничный	30	72,6
Хлеб ржано-пшеничный	30	65,7
Итого	750	722,4

Утверждаю
 Директор школы: Кееф /Н.С. Кириосова/



Меню

День Вторник 07.06.2022 22.06.2022
 Неделя 2 4
 Сезон летний
 Возрастная категория 1-10кл.

Завтрак		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
Каша ячневая молочная жидкая с сахаром	220	325
Чай с сахаром	200	60
Хлеб пшеничный	30	72,6
Яблоки свежие	100	44,0
Итого	550	501,6
Обед		
Нарезка овощная(огурец,помидор свежий)	30/30	7,2
Рассольник ленинградский (перловка)	200	135
Фрикадельки куриные с соусом	100	150,50
Макароны отварные с маслом	150	205,5
Компот из сухофруктов	200	124
Хлеб пшеничный	20	58,5
Хлеб ржано-пшеничный	30	65,7
Итого	760	746,4



Утверждаю
Директор школы: *Кирнос* /Н.С. Кирносова/

Меню

День среда 08.06.2022 23.06.2022
Неделя 2 4
Сезон летний
Возрастная категория 1-10кл.

Завтрак		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
Каша овсяная молочная с сахаром и маслом	210	318
Чай с молоком	200	81
Яблоки свежие	100	44,0
Хлеб пшеничный	30	72,6
Итого	540	515,6
Обед		
Огурец свежий	60	6
Суп овощной со сметаной	250	125,3
Плов с мясом кур	200	348
Компот из свежих плодов	200	112,7
Хлеб пшеничный	30	72,6
Хлеб ржано -пшеничный	30	65,7
Итого	770	730,25

Утверждаю
Директор школы: *Кее* /Н.С. Кириосова/



Меню

День Четверг 09.06.2022 24.06.2022
Неделя 2 4
Сезон летний
Возрастная категория 1-10кл.

Завтрак		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
Каша молочная жидкая с маслом	250	369,31
Сыр порционно	10	36,00
Хлеб пшеничный	30	72,6
Чай с сахаром	200	60
Итого	490	537,91
Обед		
Зеленый горошек консервированный	60	42,12
Суп картофельный с бобовыми(горох)	200	133,6
Рагу с птицей	200	278,4
Напиток лимонный	200	93
Хлеб пшеничный	40	110
Хлеб ржано-пшеничный	30	65,7
Итого	730	722,82

Утверждаю
Директор школы: Н.С. Кириосова



Меню

День Пятница 10.06.2022 27.06.2022
Неделя 2 5
Сезон летний
Возрастная категория 1-10кл.

Завтрак		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
Каша молочная с сахаром и маслом	250	330,68
Масло порционно	10	66,00
Чай с сахаром и лимоном	205	62
Хлеб пшеничный	40	110
Итого	505	568,68
Обед		
Свекла отварная с растительным маслом	60	47,0
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	94
Рыба тушеная с овощами	100	112
Каша рассыпчатая пшеничная	130	211,25
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	84,8
Хлеб пшеничный	40	110
Хлеб ржано-пшеничный	30	65,7
Итого	760	724,7

Утверждаю
Директор школы: Н.С. Кирносова



Меню

День Вторник 14.06.2022

Неделя 3

Сезон летний

Возрастная категория 1-10кл.

Завтрак		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
Каша ячневая молочная жидкая с сахаром	220	325
Яблоки свежие	100	44,00
Хлеб пшеничный	30	72,6
Чай с сахаром	200	60
Итого	550	501,6
Обед		
Огурец свежий	60	6
Суп картофельный с крупой (пшено)	200	90,4
Птица тушеная в сметанном соусе	100	119
Макароны отварные с маслом	150	205,5
Компот из свежих плодов	200	112,7
Хлеб пшеничный	30	72,6
Хлеб ржано-пшеничный	30	65,7
Итого	770	671,9

Утверждаю
Директор школы: *Кедр* Н.С. Кириосова/



Меню

День среда 15.06.2022

Неделя 3

Сезон летний

Возрастная категория 1-10кл.

Завтрак		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
Суп молочный сладкий с макаронными изделиями	250	169,2
Какао с молоком	200	118,6
Масло порционно	10	66
Печенье	30	117
Хлеб пшеничный	20	58,5
Итого	510	529,3
Обед		
Нарезка овощная (огурец, помидор свежий)	60	7,2
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	105,2
Тефтели с соусом	100	223
Каша пшенная с маслом	130	231,4
Компот из сухофруктов	200	124
Хлеб пшеничный	20	58,5
Хлеб ржано-пшеничный	30	65,7
Итого	740	815,0