

Согласовано
Директор школы



МЕНЮ

на "09" января 2024г.
День 4



Белки/ жиры/ углеводы					Энерг. Ценн. (ккал)	№ рецеп.	Наименование блюда	Выход
Завтрак								
0,5	0,1	1,5	8,5	54-2з		огурец в нарезке	60	
16,6	8,91	7,54	176,7	54-11р		рыба тушеная в томате с овощами	120	
3,08	5,33	19,8	139,4	54-11р		картофельное пюре	150	
0,4	0	19,8	80,8	54-35хн		компот из смеси сухофруктов	200	
1,52	0,16	9,84	46,8	ПР		хлеб пшеничный	20	
1,36	0,26	7,96	34,2	ПР		хлеб ржаной	20	
						Итого:	570	
2 завтрак								
0,2	0	6,5	27,9	54-2гн		чай с сахаром	200	
4,3	8	28,8	205	ПР		вафли	25	
						Итого:	225	
						Всего:	795	

Технолог Нарзуллаева  Повар 
Мед/работник _____ Повар _____

Согласовано
Директор школы



МЕНЮ

на "09" января 2024г.

День 4



5 - 11 кл

Белки/ жиры/ углеводы					Энерг. Ценн. (ккал)	№ рец.	Наименование блюда	Выход
Завтрак								
5,9	7	40,6	249,5	54-5г	каша перловая рассыпчатая	200		
0,61	3,66	2,37	44,85	420	соус томатный	50		
0,2	0	6,5	26,8	54-2гн	чай с сахаром	200		
1,52	0,16	9,84	46,8	ПР	хлеб пшеничный	20		
1,36	0,26	7,96	39,6	ПР	хлеб ржаной	20		
					Итого:	490		
Обед								
					Итого:	0		
					Всего:	490		

Технолог Нарзуллаева

Повар

Мед/работник

Повар

Согласовано
Директор школы



МЕНЮ

на "09" января 2024г.
День 4

1 - 4 кл

Белки/ жиры/ углеводы	Энерг. Ценн. (ккал)	№ рец.	Наименование блюда		Выход
Завтрак					
				Итого:	0
Обед					
1,6	6,1	6,2	85,7	54-7з салат из капусты белокачанной	60
6,45	3,48	23,1	149,5	54-7с суп картофельный с макаронными изделиями	250
12,8	2,34	7,74	85,65	54-3р котлета рыбная (минтай)	90
0,61	3,2	3,6	45,8	420 соус томатный	50
4,93	6,4	48,7	271,3	54-6г рис отварной	200
3,9	2,9	11,3	86	54-23гн кофейный напиток с молоком сгущенным	200
2,28	0,24	14,8	70,3	ПР хлеб пшеничный	30
2	0,4	10	51,2	ПР хлеб ржаной	30
				Итого:	910
				Всего:	910

Технолог Нарзуллаева  Повар 
Мед/работник _____ Повар _____

Согласовано
Директор школы




МЕНЮ

на "09" января 2024г.

День 4



1-4 кла

Белки/ жиры/ углеводы					Энерг. Ценн. (ккал)	№ рецепта	Наименование блюда	Выход
Завтрак								
0,5	0,1	1,5	8,5	54-2з		огурец в нарезке	60	
16,6	8,91	7,54	176,7	54-11р		рыба тушеная в томате с овощами	120	
3,08	5,33	19,8	139,4	54-11г		картофельное пюре	150	
0,4	0	19,8	80,8	54-35хн		компот из смеси сухофруктов	200	
1,52	0,16	9,84	46,8	ПР		хлеб пшеничный	20	
1,36	0,26	7,96	34,2	ПР		хлеб ржаной	20	
						Итого:	570	
Обед								
						Итого:	0	
						Всего:	570	

Технолог Нарзуллаева  Повар 
Мед/работник _____ Повар _____