



директор школы
Колосовская Е.В./

МЕНЮ

26 февраля 2024 г.

12 лет и старше НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
		КАША МОЛОЧНАЯ ДРУЖБА С С/М	200	4,9	11	26,5	225
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,9	7,6		94
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	3,2	9,5	20,1	178
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,7	24,4	147
Итого				17,8	31,8	71	644
Обед							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	1,8	5	13,9	107
2011	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250/40	9,1	3,4	15,7	129
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ С МАСЛОМ	100	20,4	31,8	6,8	394
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,4	7,3	45,2	276
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,4	0,6	19,3	94
2008		ФРУКТЫ	130	2,7	0,9	37,8	173
Итого				49	49,7	191,2	1405
Всего				66,8	81,5	262,2	2049

Бухгалтер  Колосовская Е.С.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О.В.




МЕНЮ

27 февраля 2024 г.

12 лет и старше НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	280	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	50	7,5	8	3,8	117
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	25	0,2	1,5	1,8	21
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,4	8,4	45,2	286
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,4	0,6	19,3	94
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		15	61
Итого				18,7	18,5	85,1	579
Обед							
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	0,8	3,1	2,4	41
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	1,9	5,1	8,9	89
2011	265	ПЛОВ	220	17,5	19	44,8	419
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,6	18,7	91
2011	43	ФРУКТЫ	147	1,2	0,3	10,6	56
Итого				28,9	28,8	137,9	928
Всего				47,6	47,3	223	1507

Бухгалтер  Колосовская Е.С.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О.В.



МЕНЮ

28 февраля 2024 г.

12 лет и старше НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
1997	474	КОТЛЕТА ОСОБАЯ С МАСЛОМ	50	7,5	11,8	3,5	150
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,4	5,6	40,4	237
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,6	18,7	91
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	200	0,3		15,2	63
Итого				17,5	18	77,8	541
Обед							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,1	0,2	3,8	24
2009	131	СВЕКОЛЬНИК	250	2,3	4,7	16,4	117
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	210	21,9	22,5	18,6	365
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,6	18,7	91
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2008		ФРУКТЫ	143	0,6	0,4	14,7	67
Итого				33,4	29,1	124,7	896
Всего				50,9	47,1	202,5	1437

Бухгалтер  Колосовская Е.С.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О.В.



МЕНЮ

29 февраля 2024 г.

12 лет и старше НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100	18,8	13	22,8	288
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	25	2	0,4	11,7	57
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,3	1,6	25,9	126
Итого				23,1	15	60,4	471
Обед							
2008	27	САЛАТ ИЗ СЫРА, ЯБЛОК И ОГУРЦОВ	100	9,3	21,7	3,1	247
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ	250/25	10,4	8,4	20,1	199
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	13	8,9	4,6	150
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,5	9,2	31,1	226
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,6	18,7	91
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2008		ФРУКТЫ	143	2,4	0,5	21,7	115
Итого				47,1	50	151,8	1260
Всего				70,2	65	212,2	1731

Бухгалтер _____ Колосовская Е.С.

Медицинская сестра _____ Казанцева Н.Г.

Повар с м/о _____ Мачулис О.В.



директор школы
Колосовская Е.В./

МЕНЮ

1 марта 2024 г.

12 лет и старше НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МАСЛОМ	70	13,2	11,5	4,8	190
2008	132	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ	150	3,1	18,1	23	268
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/7	0,3		15,2	63
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,6	18,7	91
Итого				19,9	30,2	61,7	612
Обед							
2011		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ И ОГУРЦАМИ	100	1,1	5	6,9	77
2008	232	СОЛЯНКА РЫБНАЯ	200	7,6	4,4	7,9	103
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	14,9	12,7	0,8	177
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	30	0,6	3,4	1,5	46
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	8,3	9,5	53	330
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	40	3,3	0,6	18,7	91
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	121
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		15	61
2008		ФРУКТЫ	143	0,7	0,5	18,5	85
Итого				40,7	36,6	147,7	1091
Всего				60,6	66,8	209,4	1703

Бухгалтер  Колосовская Е.С.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О.В.