



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Л.М. Спиридонова

Ежедневное меню

Завтрак	7-11 лет		12-18 лет	
	Масса порции (г)	Калорийность	Масса порции (г)	Калорийность
Каша молочная из риса и пшена с маслом и сахаром	200	272,73	250	340,91
Какао с молоком	200	118,60	200	118,60
Хлеб пшеничный	40	70,67	40	70,67
Йогурт	100	53,50	100	53,50
Масло сливочное	10	66,00	10	66,00
Обед				
Яблоко свежее	100	47,00	100	47,00
Уха из горбуши	250	115,96	300	139,15
Жаркое домашнему из говядины	150	252,86	200	337,14
Компот из кураги	200	114,80	200	114,80
Хлеб пшеничный	60	106,00	60	106,00

Заведующий хозяйством:

Повар:



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Л.М. Спиридонова

Ежедневное меню

Завтрак	7-11 лет		12-18 лет	
	Масса порции (г)	Калорийность	Масса порции (г)	Калорийность
Каша молочная из пшеничной крупы с маслом и сахаром	200	320,00	250	400
Кофейный напиток с молоком	200	100,60	200	100,60
Хлеб пшеничный	40	70,67	40	70,67
Йогурт	100	53,50	100	53,50
Масло сливочное	10	66,00	10	66,00
Обед				
Салат из свеклы отварной	60	55,68	100	92,80
Рассольник с курицей	250	107,25	300	128,70
Каша рассыпчатая гречневая	150	243,75	200	325
Гуляш из отварной говядины	80	131,20	80	131,20
Чай с сахаром и лимоном	200	62,00	200	62
Хлеб пшеничный	60	106,00	60	106,00

Заведующий хозяйством:

Повар:



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Л.М. Спиридонов

Ежедневное меню

Завтрак Наименование блюда	7-11 лет		12-18 лет	
	Масса порции (г)	Калорийность	Масса порции (г)	Калорийность
Каша молочная из манной крупы, с маслом и сахаром	200	264,55	250	330,68
Кофейный напиток с молоком	200	100,60	200	100,60
Хлеб пшеничный	40	70,67	40	70,67
Йогурт	100	53,50	100	53,50
Сыр	10	36,00	10	36,00
Обед				
Салат из свеклы отварной	60	55,68	100	92,80
Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	250	118,25	300	141,90
Каша рассыпчатая гречневая	150	243,75	200	325,00
Котлета из говядины	80	162,00	80	162,00
Напиток из плодов шиповника	200	88,20	200	88,20
Хлеб пшеничный	60	106,00	60	106,00

Заведующий хозяйством: *[Signature]*

Повар: *[Signature]*



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Л.М. Спиридонова

Ежедневное меню

Завтрак	7-11 лет		12-18 лет	
	Масса порции (г)	Калорийность	Масса порции (г)	Калорийность
Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом и сахаром	200	320,00	250	400
Какао с молоком	200	118,60	200	118,60
Хлеб пшеничный	40	70,67	40	70,67
Йогурт	100	53,50	100	53,50
Масло сливочное	10	66,00	10	66,00
Обед				
Винегрет овощной	60	75,06	100	125,10
Щи из свежей капусты с картофелем и курицей	250	89,75	300	107,70
Макаронные изделия отварные	150	168,45	200	224,60
Гуляш из отварной говядины	80	131,20	80	131,20
Кисель из смородины черной	200	115,00	200	115,50
Хлеб пшеничный	60	106,00	60	106,00

Заведующий хозяйством:

Повар:



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Л.М. Спиридонова

Ежедневное меню

Завтрак	7-11 лет		12-18 лет	
	Масса порции (г)	Калорийность	Масса порции (г)	Калорийность
Каша вязкая молочная из риса с маслом и сахаром	200	303,64	250	379,55
Какао с молоком	200	118,60	200	118,60
Хлеб пшеничный	40	70,67	40	70,67
Йогурт	100	53,50	100	53,50
Масло сливочное	10	66,00	10	66,00
Обед				
Салат из моркови	60	55,68	100	81,70
Борщ с капустой и картофелем	250	103,75	300	124,50
Макаронные изделия отварные	150	168,45	200	224,60
Голень куриная	80	234,18	80	234,18
Компот из смеси сухофруктов	200	132,80	200	132,80
Хлеб пшеничный	60	106,00	60	106,00

Заведующий хозяйством:

Повар:



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Л.М. Спиридонова

Ежедневное меню

Завтрак	7-11 лет		12-18 лет	
	Наименование блюда	Масса порции (г)	Калорийность	Масса порции (г)
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом и сахаром	200	272,73	250	340,91
Чай с лимоном	200	62,00	200	55,86
Хлеб пшеничный	40	70,67	40	70,67
Йогурт	100	53,50	100	53,50
Сыр	10	36,00	10	36,00
Обед				
Салат из капусты с морковью	60	36,24	100	60,40
Рассольник с курицей	250	107,25	300	128,70
Плов из отварной говядины	150	297,00	200	396,00
Чай с сахаром и лимоном	200	62,00	200	62,00
Хлеб пшеничный	60	106,00	60	106,00

Заведующий хозяйством:

Повар:



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Л.М. Спиридонова

Ежедневное меню

Завтрак Наименование блюда	7-11 лет		12-18 лет	
	Масса порции (г)	Калорийность	Масса порции (г)	Калорийность
Каша молочная из манной крупы, с маслом и сахаром	200	264,55	250	330,68
Кофейный напиток с молоком	200	100,60	200	100,60
Хлеб пшеничный	40	70,67	40	70,67
Йогурт	100	53,50	100	53,50
Обед				
Винегрет овощной	60	75,06	100	125,10
Суп гороховый с мясом	250	148,25	300	177,90
Рис отварной	150	209,70	200	279,60
Рыба припущенная с маслом	80	106,18	80	106,18
Напиток из плодов шиповника	200	88,20	200	88,20
Хлеб пшеничный	60	106,00	60	106,00

Заведующий хозяйством:

Повар:



УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

Л.М. Спиридонова

Ежедневное меню

Завтрак	7-11 лет		12-18 лет	
	Масса порции (г)	Калорийность	Масса порции (г)	Калорийность
Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом и сахаром	200	310,91	250	388,64
Какао с молоком	200	118,60	200	118,60
Хлеб пшеничный	40	70,67	50	70,67
Йогурт	100	53,50	100	53,50
Масло сливочное	10	66,00	10	66,00
Обед				
Салат из капусты с консервированной кукурузой	60	92,94	100	154,90
Свекольник с курицей	250	117,00	300	140,40
Макаронные изделия отварные	150	168,45	200	224,60
Тефтели, соус	110	128,00	110	128,00
Компот из смеси сухофруктов	200	132,80	200	132,80
Хлеб пшеничный	60	106,00	70	106,00

Заведующий хозяйством:

Повар:



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Л.М. Спиридонова

Ежедневное меню

Завтрак	7-11 лет		12-18 лет	
	Масса порции (г)	Калорийность	Масса порции (г)	Калорийность
Каша вязкая молочная из риса с маслом и сахаром	200	303,64	250	379,55
Какао с молоком	200	118,60	200	118,60
Хлеб пшеничный	40	70,67	40	70,67
Йогурт	100	53,50	100	53,50
Обед				
Салат из моркови	60	49,02	100	81,70
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	106,00	300	127,20
Плов из курицы	150	229,00	200	305,33
Кисель из смородины красной	200	115,00	200	115,00
Хлеб пшеничный	60	106,00	60	106,00

Заведующий хозяйством:

Повар: *Анеч*



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Л.М. Спиридонова

Ежедневное меню

Завтрак	7-11 лет		12-18 лет	
	Наименование блюда	Масса порции (г)	Калорийность	Масса порции (г)
Макаронные изделия отварные с сыром	200	334,40	250	418,00
Кофейный напиток с молоком	200	100,60	200	100,60
Хлеб	40	70,67	40	70,67
Йогурт	100	53,50	100	53,50
Обед				
Яблоко свежее	100	47,00	100	47
Суп «Полевой» с курицей	250	85,75	300	102,90
Пюре картофельное	150	137,25	200	183
Рыба припущенная с маслом	80	106,18	80	106,18
Компот из кураги	200	114,80	200	114,80
Хлеб пшеничный	60	106,00	60	106,00

Заведующий хозяйством: *Л.М. Спиридонова*

Повар: *А.С. Сидоркин*