

Согласовано:

Директор

ГБОУ СОШ с. Гвардейцы

Кочеткова Е.Ю.



Утверждаю:

И.И. Какурина Л.И.

Для

Какурина Л.И.



**Пятидневное меню на завтраки
с дополнительной витаминизацией
с 14 октября по 18 октября
ГБОУ СОШ с. Гвардейцы**

Завтрак	Выход 1-4 кл	Выход 5-11 кл	Выход СВО 1-4 кл	Выход СВО 5-11 кл	Выход Многод. 5-11 кл	Выход ОВЗ	Энер.це н., Ккал
Понедельник							
Каша «Дружба»	200	200	200	200	200	200	228
Оладьи с джемом	120	120	120	120	120	120	201
Чай с сахаром + С витаминизация	200	200	200	200	200	200	26,8
Салат из свежих фруктов	100	-	100	100	100	100	69
Булочка ванильная	-	-	-	60	60	-	179
Вторник							
Макароны отварные	180	180	180	180	180	180	202
Котлеты из курицы с соусом	100	100	100	100	100	100	127,1
Компот из свежих яблок + С витаминизация	200	200	200	200	200	200	97,6
Хлеб пшеничный	30	30	30	30	30	30	87,42
Бутерброд с сыром	-	-	-	50	50	-	149
Среда							
Каша вязкая молочная овсяная	200	200	200	200	200	200	95,6
Сыр твердых сортов в нарезке	20	20	20	20	20	20	38,7
Булочка школьная	80	80	80	80	80	80	231,73
Компот из смеси сухофруктов + С витаминизация	200	200	200	200	200	200	81
Салат из моркови, яблок и апельсинов	100	-	100	100	100	100	54,06
Бутерброд с джемом	-	-	-	50	50	-	149
Четверг							
Картофельное пюре	180	180	180	180	180	180	194,96
Тефтели из курицы с соусом	110	110	110	110	110	110	165,9
Чай с сахаром + С витаминизация	200	200	200	200	200	200	26,8
Хлеб пшеничный	30	30	30	30	30	30	87,42
Гребешок из дрожжевого теста	-	-	-	80	80	-	232
Пятница							
Суп молочный с рисом	200	200	200	200	200	200	93,02
Булочка дорожная	60	60	60	60	60	60	205
Фрукты свежие	120	120	120	120	120	120	106
Компот из свежих плодов и ягод	200	200	200	200	200	200	46
Салат из моркови и яблок	100	-	100	100	100	100	54,06
Бутерброд с джемом	-	-	-	50	50	-	149

Согласовано:

Директор
ГБОУ СОШ с. Гвардейцы
Кочеткова Е.Ю.



Утверждаю:

ИП Какурина Л.И.
Какурина Л.И.



**Пятидневное меню на обеды с дополнительной витаминизацией
с 11 октября по 18 октября
ГБОУ СОШ с. Гвардейцы**

Обед	Выход 1-11 кл	Выход ОВЗ	Выход СВО 1-4 кл	Выход СВО 5-11 кл	Энерг.цен., Ккал
Понедельник					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	250	250	250	120,07
Каша гречневая рассыпчатая	180	180	180	180	238,9
Биточек из курицы с соусом	100	100	100	100	127,1
Салат Витаминный	60	60	60	60	73
Компот из смеси сухофруктов	200	200	200	200	81
Хлеб пшеничный	40	40	40	40	87,42
Хлеб ржаной	30	30	30	30	43,71
Фрукты свежие	--	--	100	--	106
Вторник					
Суп картофельный с горохом	250	250	250	250	166,42
Каша рассыпчатая с овощами (рис)	180	180	180	180	210,11
Шницель из курицы с соусом	100	100	100	100	127,1
Огурец в нарезке	60	60	60	60	8,48
Напиток лимонный	200	200	200	200	97,6
Хлеб пшеничный	40	40	40	40	87,42
Хлеб ржаной	30	30	30	30	43,71
Среда					
Борщ с капустой и картофелем	250	250	250	250	178,25
Картофельное пюре	180	180	180	180	110
Рыба запеченная со сметаной	80	80	80	80	102
Салат из моркови с чесноком	60	60	60	60	91
Чай с лимоном и сахаром	200	200	200	200	27,9
Хлеб пшеничный	40	40	40	40	87,42
Хлеб ржаной	30	30	30	30	43,71
Фрукты свежие	--	--	100	--	106
Четверг					
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	250	250	250	149,5
Горошница	180	180	180	180	245,76
Котлеты из курицы с соусом	100	100	100	100	127,1
Винегрет с растительным маслом	60	60	60	60	111,9
Компот из смеси сухофруктов	200	200	200	200	81
Хлеб пшеничный	40	40	40	40	87,42
Хлеб ржаной	30	30	30	30	43,71
Пятница					
Суп картофельный с крупой (крупя пшенная)	250	250	250	250	186,5
Жаркое по-домашнему	220	220	220	220	323
Салат из свежих огурцов со сладким перцем	60	60	60	60	86
Чай с лимоном и сахаром	200	200	200	200	27,9
Хлеб пшеничный	40	40	40	40	87,42
Хлеб ржаной	30	30	30	30	43,71
Фрукты свежие	--	--	100	--	106