



Директор школы: Ильин / Т.Е. Михайлова /
период: с 12.04 по 24.04.2021.

Меню на период: с 12.04 по 24.04. 2024.
МОУ «Кулсединская основная общеобразовательная школа»

День недели	Прием пищи, наименование блюд	№ рецепта	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	цена
				Б	Ж	У		
понедельник 19.04.	завтрак йогурт отварное	300	1	7,2	8	28,4	204	
	Каша быстр. гречевая с мол.	284	200/5	6,1	4,6	9,7	157	
	Какао с молоком	382	200/20	4,08	3,54	17,58	119	
	Хлеб пшеничный	3	50	3,1	2,52	1,9	322	
	обед чиу чу суп. Каф с карп.	67	250/25	5,8	7,64	6	125,4	
	Макароны отварные	299	200/10	6,8	12,2	45,6	326	
	Каша быстр. фрукт.	644	200/20	9,6	0	3,4	124	
	Черногорчица, пюреобраз.	466	50	8	0,5	0	36	
	Хлеб		60	6,07	9,84	3,28	234	
	завтрак Кисель	651	200/10	7		4,22	162	
вторник 20.04.	Каша рисовая быстр. с мас.	253	200/5	7,5	13,2	6,09	394	
	Сир	3	15	6,7	11,3	10,4	281	
	батон	3	50	6,7	11,3	10,4	281	
	обед Гуашинь чи суп. карп.	344	25	2,3	8,4	1,4	111,0	
	Суп. карт. горох с луком	81	250/25	6,2	5,6	2,33	167	
	Каша гречневая с маслом	237	150/10	11,4	10,5	4,94	337	
	Кукуруза консерв.	38	45	2,25	9,09	3,74	24,75	
	Чиу чу с сахаром, хлеб	392	200/15	9,07	9,02	1,5	60	
	завтрак							
	Запеканка чи горох	326	7,5	21	18,62	19,18	335	
среда 21.04.	Корейский напиток	501	200/20	8,5	3,6	2,87	152	
	Хлеб с маслом	1	50/10	3,1	2,52	1,9	322	
	обед Суп карт с чиу чу.	163	250/25	2,9	2,5	2,1	120	
	картофельное пюре	220	150/5	9,2	11	2,9	252	
	Котлеты	466	50	6,5	5,95	5,8	131	
	Хлеб, огурцы свеж.	106	60	6,07	9,84	3,28	234	
	Каша быстр. курага	644	200/20	9,6	0	3,4	124	
	завтрак							
	Суп. яичек, с маслом	182	250	5,0	6,3	1,96	150	
	Какао с молоком	382	200/20	9,08	3,54	17,58	119	
четверг 22.04.	батон	3	50	3,1	2,52	1,9	322	
	обед Фруктовый сок		200	1,5	0,5	2,1	95	
	Борщ чи суп. капуста	133	250/25	2	5,2	1,31	106	
	Чиу чу суп. горох	503	150	7,6	6,5	1,81	113	
	Зеленый горошек	38	50	2,25	9,09	3,74	24,75	
	Хлеб		60	6,07	9,84	3,28	234	
	завтрак йогурт отварное	300	1	6,1	4,6	0,7	157	
	Каша быстр. овсяная с мас.	247	200/5	8,56	14,12	3,152	287	
	Кисель	503	200/10	1,9		2,9	122	
	батон	3	50	3,1	2,52	1,9	322	
пятница 23.04.	обед Курица отварная	404	80	18,9	13	0,5	194	
	Суп куриный с карп.	98	250/25	11,9	3,93	4,82	116	
	Макароны отварные	299	200/10	6,8	12,2	45,6	326	
	Поселедоват сметана	106	100	1,1	0,2	3,8	24	
	Хлеб чиу чу с сахаром	392	60/200/15	9,07	9,02	1,5	60	
	завтрак Каша рис бы.	769	200/5	7,5	13,2	6,09	394	
	Кисель	651	200/10			4,22	162	
	Йогурт отварное	306	1	5,1	4,6	0,3	63	
	Хлеб булгуревый с сыром	3	50/15	6,7	11,3	10,4	281	
	обед Кофеин чи фрукты							
суббота 24.04.	Суп. горох с маслом							
	Каша гречневая рассып.							
	Черногорчица, фрукты							
	Хлеб							
	ИТОГО:							

Старший повар: *Н.Н.*1 Никифорова *Н*