

Утверждаю

директора Буерак-Поповской СКШ:

(Дьячихина О.Н.)

МЕНЮ

На 5 ноября 2024г

Сезон: осень

Меню десятидневное 1 день

Категория: Дети 1-4 классы

Обед

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
	Обед						
124	Щи со свежей капустой	200	5,72	0,48	16,12	16,12	8,50р
469	Фрикадельки в соусе	90	15	14,2	14,4	240	40,47р
297	Гречка отварная рассыпчатая	150	5,7	4,82	27,45	158,96	9,00р
639	Компот из сухофруктов	200	1,04	-	26,96	107,44	5,00 р
	Хлеб пшеничный	50	3,08	0,32	19,8	96,8	4,00р
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,65	0,3	9,6	57	2,46р
	Сыр порционный	10	2,6	2,68	0	35,2	10,00р
	Печенье	50	1	2	28	120,86	25,89
	Всего в обед	780	35,79	24,8	142,3	921,14	105,32р

Утверждаю

директора Буерак-Поповской СКШ:

(Дьячихина О.Н.)

МЕНЮ

На 6 ноября 2024г

Сезон: осень

Меню десятидневное 2 день

Категория: Дети 1-4 классы

Обед

№ реп.	Прием пищи; наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
	Обед						
139	Суп картофельный с бобовыми	200	5,72	0,48	16,12	104,88	9,00р
451	Котлета мясная	90	15,9	14,4	16,0	261	35,97р
516	Макаронные изделия отварные	150	2,89	9,15	34,20	244,5	6,00р
693	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190	22,00 р
	Хлеб пшеничный	50	3,08	0,32	19,8	96,8	4,00р
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,65	0,3	9,6	57	2,46р
	Печенье	50	1	2	28	120,86	25,89
	Всего в обед	770	35,14	31,65	156,2	1075	105,32р

Утверждаю

директора Буерак-Поповской СКШ:

(Дьячихина О.Н.)

МЕНЮ

На 7 ноября 2024г

Сезон: осень

Меню десятидневное 3 день

Категория: Дети 1-4 классы

Обед

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
	Обед						
124	Щи со свежей капустой	200	5,72	0,48	16,12	104,88	8,50р
374	Рыба тушеная с овощами	90	8,52	4,47	3,97	90,36	35,87р
520	Картофельное пюре	150	3,25	4,68	8,04	123,9	13,80р
686	Чай сладкий с лимоном	200	0,11	-	6,65	60	4,80 р
	Хлеб пшеничный	50	3,08	0,32	19,8	96,8	4,00р
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,65	0,3	9,6	57	2,46р
	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,4	-	9,8	38	10,00
	Печенье	50	1	2	28	120,86	25,89
	Всего в обед	870	23,73	12,25	102	691,80	105,32р

Утверждаю

директора Буерак-Поповской СКШ: 

(Дьячихина О.Н.)

МЕНЮ

На 8 ноября 2024г

Сезон: осень

Меню десятидневное 4 день

Категория: Дети 1-4 классы

Обед

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Обед							
140	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,32	1,83	16,81	93,11	8,00р
492	Плов	200	15,2	13	36,2	330	60,17р
686	Чай сладкий с лимоном	200	0,11	-	6,65	60	4,80 р
	Хлеб пшеничный	50	3,08	0,32	19,8	96,8	4,00р
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,65	0,3	9,6	57	2,46р
	Печенье	50	1	2	28	120,86	25,89
Всего в обед		730	23,36	17,45	117,10	754,77	105,32р

Утверждаю

директора Буерак-Поповской СКШ: 

(Дьячихина О.Н.)

МЕНЮ

- На 11 ноября 2024г

Сезон: осень

Меню десятидневное 5 день

Категория: Дети 1-4 классы

Обед

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
	Обед						
138	Суп картофельный с рисом	200	1,39	0,21	5,81	81	7,00р
437	Гуляш из филе курицы	90	11,84	8,48	2,44	132,81	55,17р
516	Макаронные изделия отварные	150	2,89	9,15	34,2	244,5	6,00р
686	Чай сладкий с лимоном	200	0,11	-	6,65	60	4,80 р
	Хлеб пшеничный	50	3,08	0,32	19,8	96,8	4,00р
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,65	0,3	9,6	57	2,46р
	Печенье	50	1	2	28	120,86	25,89
	Всего в обед	770	21,96	20,46	106,5	792,97	105,32р

Утверждаю

директора Буерак-Поповской СКШ:

(Дьячихина О.Н.)

МЕНЮ

- На 12 ноября 2024г

Сезон: осень

Меню десятидневное 6 день

Категория: Дети 1-4 классы

Обед

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
	Обед						
124	Щи со свежей капустой	200	1,6	3,44	8	70,4	8,50р
463	Тефтели паровые из говядины с рисом	100	7,36	14,48	8,00	192,00	43,67
297	Гречка отварная рассыпчатая	150	5,7	4,82	27,45	158,96	9,00р
43	Салат из белокочанной капусты	60	0,9	3,06	3,2	85,00	7,00
686	Чай сладкий с лимоном	200	0,11	-	6,65	60	4,80 р
	Хлеб пшеничный	50	3,08	0,32	19,8	96,8	4,00р
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,65	0,3	9,6	57	2,46р
	Печенье	50	1	2	28	120,86	25,89
	Всего в обед	840	21,4	25,36	110,7	772,52	105,32р

Утверждаю

директора Буерак-Поповской СКИШ: 

(Дьячихина О.И.)

МЕНЮ

На 13 ноября 2024г

Сезон: осень

Меню десятидневное 7 день

Категория: Дети 1-4 классы

Обед

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
	Обед						
139	Суп картофельный с бобовыми	200	5,72	0,48	16,12	104,88	9,00р
437	Гуляш из филе курицы	90					52,97р
			11,84	8,48	2,44	132,81	
516	Макаронные изделия отварные	150	2,89	9,15	34,2	244,5	6,00р
639	Компот из сухофруктов	200	1,04	-	26,96	107,44	5,00 р
	Хлеб пшеничный	50	3,08	0,32	19,8	96,8	4,00р
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,65	0,3	9,6	57	2,46р
	Печенье	50	1	2	28	120,86	25,89
	Всего в обед	770	27,22	20,73	137,1	864,29	105,32р

Утверждаю

директора Буерак-Поповской СКШ:

(Дьячихина О.Н.)



МЕНЮ

На 14 ноября 2024г

Сезон: осень

Меню десятидневное 8 день

Категория: Дети 1-4 классы

Обед

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
	Обед						
140	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	10,63	10,87	19,4	243,73	8,00р
436	Жаркое по- домашнему	200	10,63	10,87	19,4	243,73	50,03р
	Сок фруктовый	200	1	-	21,2	88	17,40р
	Хлеб пшеничный	50	3,08	0,32	19,8	96,8	4,00р
	Печенье	50	1	2	28	120,86	25,89
Всего в обед		700	26,34	24,06	107,8	793,12	105,32р

Утверждаю

директора Бусрак-Поповской СКШ: 

(Дьячихина О.Н.)

МЕНЮ

На 15 ноября 2024г

Сезон: осень

Меню десятидневное 9 день

Категория: Дети 1-4 классы

Обед

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
	<i>Обед</i>						
139	Суп картофельный с бобовыми	200	5,72	0,48	16,12	104,88	9,00р
451	Котлета мясная	90	15,9	14,4	16,0	261	35,97р
511	Рис отварной	150	5,25	3,75	24,6	166,5	9,00р
19	Нарезка из свежих огурцов	60	0,9	7,1	39	85	14,00р
639	Компот из сухофруктов	200	1,04	-	26,96	107,44	5,00 р
	Хлеб пшеничный	50	3,08	0,32	19,8	96,8	4,00р
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,65	0,3	9,6	57	2,46р
	Печенье	50	1	2	28	120,86	25,89
	Всего в обед	830	34,54	28,35	145	999,48	105,32р

Утверждаю

директора Буерак-Поповской СКШ:

(Дьячихина О.Н.)

МЕНЮ

На 18 ноября 2024г

Сезон: осень

Меню десятидневное 10 день

Категория: Дети 1-4 классы

Обед

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Обед							
138	Суп картофельный с рисом	200	1,39	0,21	5,81	81	7,00р
437	Гуляш из филе курицы	90	11,84	8,48	2,44	157,81	49,83р
520	Картофельное пюре	150	3,25	4,68	8,04	123,9	13,80р
686	Чай сладкий с лимоном	200	0,11	-	6,65	60	4,80 р
	Хлеб пшеничный	50	3,08	0,32	19,8	96,8	4,00р
	Печенье	50	1	2	28	150,49	25,89
Всего в обед		740	20,67	15,69	70,74	670	105,32р