

КГБОУ «Назаровская школа»

Утверждаю: Директор

Л.Г.Кравцова



МЕНЮ

на « 13 » ноября 2023г.

| Наименование блюда | Выход блюда | Калории |
|--|-------------|-------------|
| Завтрак | | |
| Суп молочный с крупой | 250/250 | 171/171 |
| Какао с молоком | 200/200 | 152/157 |
| Бутерброд с маслом | 43/65 | 134/194 |
| Фрукты свежие | 100/100 | 47/47 |
| Хлеб ржаной | 30/45 | 60/90 |
| Обед | | |
| Овощи натуральные свежие (соленые) | 60/100 | 7,8/13 |
| Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом | 272/272 | 147/147 |
| Бефстроганов из отварной говядины | 100/100 | 194/194 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 160/210 | 197,33/259 |
| Сок | 180/180 | 67,5/67,5 |
| Хлеб пшеничный | 45/60 | 93,6/124,8 |
| Хлеб ржаной | 30/45 | 60/90 |
| Полдник | | |
| Кисломолочный продукт (бифидок, или ряженка, или снежок или др.) | 180/200 | 95,4/106 |
| Фрукты свежие | 80/80 | 76,80/76,80 |
| Булочка российская | 55/80 | 172/250,18 |

Медицинская сестра диетическая:

Куркина



КГБОУ «Назаровская школа»

Утверждаю: Директор

Л.Г.Кравцова



МЕНЮ

на « 14 » ноября 2023г.

| Наименование блюда | Выход блюда | Калории |
|---|-------------|---------------|
| Завтрак | | |
| Запеканка из творога с молоком сгущенным | 160/200 | 404/518 |
| Чай с молоком | 200/200 | 67/106 |
| Фрукты свежие | 100/100 | 47/47 |
| Бутерброд с маслом | 43/65 | 134/194 |
| Хлеб ржаной | 30/45 | 60/90 |
| Обед | | |
| Кукуруза | 60/100 | 46,8/78 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом | 265/265 | 173,27/173,27 |
| Рыба, тушеная в томате с овощами | 140/200 | 147/210 |
| Рис отварной | 180/180 | 255/255 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180/200 | 112/147 |
| Хлеб пшеничный | 45/60 | 93,6/124,8 |
| Хлеб ржаной | 30/45 | 60/90 |
| Полдник | | |
| Молоко кипяченое | 180/200 | 104,4/116 |
| Фрукты свежие | 100/100 | 47/47 |
| Сушки, бублики, баранки, батон | 50/50 | 169,5/169,5 |

Медицинская сестра диетическая:

Кудель





КГБОУ «Назаровская школа»

Утверждаю: Директор

 Л.Г.Кравцова

МЕНЮ

на « 15 » ноября 2023г.

| Наименование блюда | Выход блюда | Калории |
|--|-------------|---------------|
| Завтрак | | |
| Каша «Дружба» | 200/250 | 193,84/242,3 |
| Сушки, бублики, баранки, батон | 50/50 | 169,5/169,5 |
| Чай с сахаром | 200/200 | 38/42 |
| Бутерброд с маслом и сыром | 59/90 | 192/285 |
| Хлеб ржаной | 30/45 | 60/90 |
| Обед | | |
| Кукуруза консервированная отварная | 60/100 | 34,8/58 |
| Суп-уха | 250/250 | 214/214 |
| Сердце в соусе | 110/110 | 152/152 |
| Пюре картофельное | 200/200 | 183,33/183,33 |
| Сок | 200/200 | 75/75 |
| Хлеб пшеничный | 45/60 | 93,6/124,8 |
| Хлеб ржаной | 30/45 | 60/90 |
| Полдник | | |
| Кисломолочный продукт (бифидок, или ряженка, или снежок или др.) | 200/200 | 106/106 |
| Фрукты свежие | 100/100 | 47/47 |
| Бисквитик | 60/60 | 183,6/183,6 |

Медицинская сестра диетическая:







КГБОУ «Назаровская школа»

Утверждаю: Директор

Л.Г.Кравцова

МЕНЮ

на « 16 » ноября 2023г.

| Наименование блюда | Выход блюда | Калории |
|--|-------------|-------------|
| Завтрак | | |
| Каша вязкая молочная (ячневая) | 200/250 | 242/302,5 |
| Какао с молоком | 200/200 | 152/157 |
| Сушки, бублики, баранки, батон | 50/50 | 169,5/169,5 |
| Бутерброд с маслом и джемом | 48/85 | 148/247 |
| Хлеб ржаной | 30/45 | 60/90 |
| Обед | | |
| Зеленый горошек консервированный отварной | 60/100 | 34,8/58 |
| Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины | 250/250 | 153/153 |
| Плов из птицы | 200/250 | 436/545 |
| Компот из яблок с лимоном | 200/200 | 77/77 |
| Хлеб пшеничный | 45/60 | 93,6/124,8 |
| Хлеб ржаной | 30/45 | 60/90 |
| Полдник | | |
| Сок | 180/180 | 67,5/67,5 |
| Фрукты свежие | 100/100 | 47/47 |
| Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.) | 35/70 | 123,9/247,8 |

Медицинская сестра диетическая:

Кравцова



КГБОУ «Назаровская школа»

Утверждаю: Директор

Д.Г.Кравцова



МЕНЮ

на « 17 » ноября 2023г.

| Наименование блюда | Выход блюда | Калории |
|---|-------------|-------------|
| Завтрак | | |
| Каша вязкая молочная (пшеничная) | 200/250 | 274/342,5 |
| Кофейный напиток с молоком | 200/200 | 146/150 |
| Сушки, бублики, баранки, батон | 50/50 | 169,5/169,5 |
| Бутерброд с маслом | 43/65 | 134/194 |
| Хлеб ржаной | 30/45 | 60/90 |
| Обед | | |
| Сельдь с луком репчатым | 60/150 | 100,01/250 |
| Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом | 272/272 | 170/170 |
| Жаркое по - домашнему | 230/230 | 301,3/301,3 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180/200 | 112/147 |
| Хлеб пшеничный | 45/60 | 93,6/124,8 |
| Хлеб ржаной | 30/45 | 60/90 |
| Полдник | | |
| Чай с сахаром | 200/200 | 38/42 |
| Фрукты свежие | 100/100 | 47/47 |
| Бутерброд с маслом и джемом | 48/85 | 148/247 |

Медицинская сестра диетическая:

Кравцова

