



Директор школы Эркендей А. В.

Присваивается	Наименование блюда	Выход блюда дети с 1 до 15 лет	Пищевые вещества (г)			К/К	Вит С, мг	Мг ренситуры
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Обед								
03.09.2024г.	Плов из говядины	180	21,09	21,626	32,852	410,67	4,25	265 М
	Хлеб	30	1,65	0,3	8,35	43,5		
	Вафли	80	5	26	63	48,6		
	Мармелад	40	0,015	11,91	48,15			
	Компот из яблоком	200	0,23	0,046	12,625	48,64	46	342 М
Обед								
04.09.2024г.	Гречка отварная	250	4,466	5,705	46,711	256,053		305 М
	Гуляш из говядины	100	14,504	14,883	3,738	207,23	4,6	260 М
	Хлеб из муки пшеницы	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Шоколад Конфеты	40	8	30	55	530		
	Компот из сухофруктов	200		0,06	15,13	65,35	0,8	349 М
Обед								
05.09.2024г.	Суп гороховый	250	2,593	2,414	18,788	107,6	14,95	102М
	Гарбуш запеченная	100	13,792	7,551	13,868	178,745		234М
	Хлеб из муки пшеницы	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Печенье Сэндвич	60	5,5	25	66	510		
	Компот из курагой	200	0,78	0,06	15,13	65,35	0,8	349 М
Обед								
06.09.2024г.	Каши овсяная	250	10,129	10,128	41,708	300,135	1,356	175 М
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Принимет (Чудо зебра)	55	5	5,5	71	350		
	Фрукты (Яблоко)	120	0,5	0,5	16	33	15	
	Молоко питьевое	200	5,8	5	8	190	1,4	
Завтрак								
09.09.2024г.	Каши пшеничная	250	10,129	10,128	41,708	300,135	1,356	175 М
	Хлеб из муки пшеничная	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Вафли	70	5	25	66	500		
	Кисель	200	0,68	0,28	14,65	76,75	200	
Обед								
09.09.2024г.	Суп гороховый	250	7,34	5,263	17,352	146,48	10,57	102 М
	Макарон из твердого теста	230	6,758	5,143	43,083	245,834		309 М
	Гуляш из говядины	100	14,504	14,883	3,738	207,23	4,6	260 М

10.06.2024г.	Хлеб и мука выпечка	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Каша	200	0,78	0,06	20,12	85,3	0,8	310 M
	Завтрак							
	Каша рисовая с маслом	250	9,106	9,175	34,155	336,945	1,211	17,0 M
	Хлеб и мука выпечка	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Маринован	40	0,015	11,91	16,15			
	Каша с маслом	200	3,88	3,1	10,18	85,3	0,6	382 M
	Обед							
	Суп овощной с картошкой	250	2,593	2,414	48,788	107,6	14,5	193 M
	Маринов	130	2,911	3,641	26,476	192,814	30,62	342 M
Хлеб и мука выпечка	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6		
Каша с маслом	200	2,38	3,1	10,18	85,3	0,8	282 M	
11.06.2024г.	Завтрак							
	Маринов	150	27,09	30,35	82,93	883,89	18,75	
	Фрукты (банан)	180	1,2	0,6	35,2	115,2	1,2	
	Фрукты (апельсин)	40	6	30	35	110		
	Каша из сухофруктов	200		0,06	15,13	65,35	0,8	18 M
	Обед							
	Пюре овощной кашушке с картошкой и омеletteй	300	2,415	7,809	10,801	125,01	35,044	13 M
	Пюре из овощей	250	21,09	21,626	31,852	410,67	4,25	263 M
	Хлеб	20	1,65	0,3	8,35	13,5		
	Суп овощной с картошкой	200		0,76	15,13	65,35	0,8	199 M
11.06.2024г.	Завтрак							
	Апельсин (банан)	120	1,233	4,139	6,335	68,08	7,85	6,34
	Фрукты (банан)	120	0,5	0,5	16	33	1,5	
	Фрукты (апельсин)	80	5	26	63	196	1,4	
	Супчик	100	5,8	5	8			
	Обед							
	Каша овсяная	250	10,129	29,126	41,708	305,133	6,356	47,14
	Хлеб	30	1,65	0,3	8,35	43,5		
	Пюре (Чудо-шар)	60	5	5,5	71	110		
	Супчик	200	5,8	5	8			
10.06.2024г.	Завтрак							
	Затрунны с творогом	100	8,93	3,61	28,761	171,81	0,21	168 M
	Хлеб зерновой	100	5,1	1,0	0,3	6,1		208 M
	Маринован	40	0,015	11,91	16,15			
	Каша из зерновой	200	0,78	0,06	15,13	65,35	0,8	11 M
	Обед							
	Пюре овощной	250	7,34	8,262	17,282	146,78	10,37	10 M
	Маринов	130	4,643	3,124	20,03	149,503	8,7	121 M

Хлеб	30	1,65	0,3	8,35	43,5		
Компот из курагой	200	0,78	0,06	15,13	65,35	0,8	349 M

17.09.2024г.

Завтрак							
Блины с сметанным молоком	150	1,65	0,3	8,35	43,5		
Фрукты (Мандарины)	120	0,8	0,2	7,5	38	38	
Сок натуральный	200	1	0,2	20,2	92	4	
Обед							
Суп гороховый	250	7,34	5,263	17,352	146,48	10,57	102 M
Гречка Рисовая/пшеница	230	8,104	5,737	36,609	230,165		341 K
Котлеты из говядины	100	11,91	17,316	9,503	241,602	0,2	271 M
Хлеб	30	1,65	0,3	8,35	43,5		
Сок натуральный	200	1	0,2	20,2	92	4	

18.09.2024г.

Завтрак							
Каши манная	250	10,129	10,128	41,708	300,135	1,356	175 M
Чocolat	60	1,3	5,4	18,9	129		
Фрукты (Банан)	120	1,8	0,6	25,2	115,2	1,2	
Молоко питьевое	200	5,8	5	8	106	1,4	
Обед							
Суп домашний с вермишелью	250	2,593	2,414	18,788	107,6	14,5	103 M
Картофельное пюре	225	3,11	5,641	26,476	172,814	30,62	312 M
Котлеты из говядины	100	14,504	14,883	3,738	207,23	4,6	260 M
Хлеб из муки пшеницы	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
Компот из изюмом	200	0,23	0,046	12,625	48,64	46	342 M

19.09.2024г.

Завтрак							
Мини-пирожки	150	27,99	30,35	82,93	883,89	18,73	
Вафли (Ретро)	80	5	26	63	106	1,4	
Мармелад	40	0,015	11,91	48,15			
Кисель	200	0,68	0,28	14,65	76,75	200	388 M
Обед							
Суп куриный	250	2,593	2,414	18,788	107,6	14,93	102 M
Перловка отварная	200	6,758	5,14	43,083	245,834		309M
Горошки запеченная	120	13,792	7,551	13,868	178,745		234 M
Хлеб из муки пшеницы	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
Кисель	200	0,68	0,28	14,65	76,75	200	388 M

01.10.2024г.

Завтрак							
Омлет запеченным с картофелем	200	14,02	24,597	21,1021	362,21	23,392	213M
Пирожки (Мука зebra)	60	5	5,5	71	350		
Кисель молочный/Кефир	200	5,8	5	8	106	1,4	
Обед							

23.09.2024	Каша рисовая молочная с маслом	250	9,106	9,175	54,135	336,945	1,224	174 М
	Хлеб из муки пшеницы	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Компот из сухофруктов	200		0,06	15,13	65,35	0,8	349 М
23.09.2024	Завтрак							
	Салат фруктовый	60	0,856	0,136	13,986	61,35	4	65 М
	Печенье (Котикс)	80	5,5	25	66	510		
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	4	
	Обед							
	Шоколад свежий капучино с вареной фасолью	290	2,415	7,869	10,801	125,94	35,044	88 М
	Хлеб из говядины	280	21,09	21,626	32,852	410,67	4,25	265 М
Хлеб	30	1,65	0,3	8,35	43,5			
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	4		
24.09.2024	Завтрак							
	Пени с ступенчатым молоком	150	1,65	0,3	8,35	43,5		
	Яйцо вареное	1 шт	5,1	4,6	0,3	63		209 М
	Мармелад	40	0,015	11,91	48,15			
	Снежок	200	5,8	5	8			
	Обед							
	Суп домашний	300	2,593	2,414	18,788	107,6	14,5	103 М
Жаркое	280	3,911	5,641	26,476	172,814	30,62	312 М	
Хлеб из муки пшеницы	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6		
Снежок	200	5,8	5	8				
25.09.2024	Завтрак							
	Сырники с ступенчатым молоком	120	28,408	19,525	23,038	387,13	0,85	219 М
	Пирог (Чудо зебра)	55	5	5,5	71	350		
	Молоко питьевое	200	5,8	5	8	106	1,4	
	Обед							
	Суп гороховый	250	7,34	5,263	17,352	146,48	10,57	102 М
	Гренок Рассольничная	230	8,104	5,737	36,609	230,165		341 К
Тефтели из говядины	100	11,91	17,316	9,503	241,602	0,2	271 М	
Хлеб из муки пшеницы	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6		
Молоко питьевое	200	5,8	5	8	106	1,4		
26.09.2024	Завтрак							
	Еврон со сметаной	150	15,5	30,4	18,54	165,7		
	Чокотай	60	1,3	5,4	18,9	129		
	Кисель	200	0,68	0,28	14,65	76,75	200	388 М
	Обед							
	Суп тушиный	300	2,593	2,414	18,788	107,6	14,95	102 М
Горбуша запеченная	100	13,792	7,551	13,868	178,745		234 М	
Макаронные изделия отварная	180	6,758	5,143	43,083	245,834		309 М	

	Хлеб из муки пшеницы	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Кисель	200	0,68	0,28	14,65	76,75	200	388 М
27.09.2024	Завтрак							
	Винегрет овощной	180	1,233	4,139	6,355	68,08	7,85	67М
	Хлеб	30		0,84	15,42	78,6	0,6	
	Снежок	200	5,8	5	8			
	Варени	80	5	26	63	48,6		
	Обед							
	Каша манная	220	10,129	10,128	41,708	300,135	1,356	175 М
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Чай с молоком	200	4,2	4,8	22,04	144	105	
	Печенье (Копэкс)	80	5,5	25	66	510		
30.09.2024	Завтрак							
	Каша пшеничная	250	10,129	10,128	41,708	300,135	1,356	175 М
	Хлеб из муки пшеницы	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Шоколад конфеты	40	8	30	55	530		
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	4	
	Обед							
	Борщ со сметаной	250	2,034	6,665	11,158	113,6	19,89	82 М
	Макаронные изделия отварная	230	6,758	5,143	43,083	245,834		309 М
	Супчик из говядины	100	14,504	14,883	3,738	207,23	4,6	280 М
	Хлеб из муки пшеницы	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	4		