

Утверждаю:

ИП Четин А.Н.

А.Н.Четин

Согласовано:

Директор МАОУ

«Ленинская СОШ»

с.Ленинск

Н.В.Останина

МЕНЮ

на 9 марта 2022г

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн цен-ность, ккал
ОВЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Салат из отварных овощей	60	0,76	6,09	5,00	77,56
Каша "Дружба"	250/5	8,19	10,40	44,90	301,40
какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,93
Хлеб пшеничный	25	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
Сыр	30	6,96	8,85	0,00	109,20
ОБЕД					
Салат из свеклы	20	0,68	6,08	6,92	85,16
Рассольник "Ленинградский"	200/5	4,02	9,04	25,90	119,68
Котлета куриная/соус томатный	70/30	6,78	17,14	3,14	196,57
Капуста тушеная	120	6,98	4,34	36,00	211,00
Кисель из концентрата	200	1,36	0,00	29,02	116,19
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
ЗАВТРАК					
Салат из отварных овощей	100	1,26	10,14	8,32	129,26
Каша "Дружба"	250/5	8,19	10,40	44,90	301,40
какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
Сыр	30	6,96	8,85	0,00	109,20
ОБЕД					
Салат из свеклы	20	1,14	10,14	11,54	141,94
Рассольник "Ленинградский"	250/5	5,03	11,30	32,38	149,60
Котлета куриная/соус томатный	70/50	6,89	17,87	4,19	207,79
Капуста тушеная	150	8,73	5,43	45,00	263,80
Кисель из концентрата	200	1,36	0,00	29,02	116,19
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					

Зав.произв: Л.В.Корнеева

Диетсестра: Н.А.Ковылева

Утверждаю:

ИП Четин А.Н.
А.Н.Четин



Согласовано:

Директор МАОУ
«Ленинская СОШ»
с.Ленинск
Н.В.Останина




МЕНЮ

на 10 марта 2022г

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
ОВЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Салат из свежих овощей	60	0,50	3,04	3,20	42,01
Каша ячневая морлочная	200/5	7,23	6,67	39,54	246,87
Кофейный напиток с молоком	200	1,40	1,60	17,35	89,32
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
Бутерброд с котлетой из говядины	25/50	7,79	4,16	17,98	142,11
ОБЕД					
Винегрет овощной	20	0,96	3,15	7,60	61,73
Суп из овощей	200/5	2,31	4,00	10,42	86,92
Рыба припущенная в молоке	100	13,05	5,98	1,70	118,40
Пюре картофельное	120	3,10	4,00	32,22	180,14
Чай с молоком	200	1,40	1,60	17,34	89,32
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
ОВЗ 5-9 кл					
ЗАВТРАК					
Салат из свежих овощей	100	0,84	5,06	5,32	70,02
Каша ячневая морлочная	200/5	7,23	6,67	39,54	246,87
Кофейный напиток с молоком	200	1,40	1,60	17,35	89,32
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
Бутерброд с котлетой из говядины	25/50	7,79	4,16	17,98	142,11
ОБЕД					
Винегрет овощной	20	3,04	11,38	10,76	157,00
Суп из овощей	250/5	2,89	5,00	13,03	108,65
Рыба припущенная в молоке	100	13,05	5,98	1,70	118,40
Пюре картофельное	150	3,88	5,08	40,27	225,18
Чай с молоком	200	1,40	1,60	17,34	89,32
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					

Зав.произв:  Л.В.Корнеева

Диетсестра:  Н.А.Ковыляева

Утверждаю:

ИП Четин А.Н.
А.Н.Четин



Согласовано:

Директор МАОУ
«Ленинская СОШ»
с.Ленинск
Н.В.Останина

МЕНЮ

на 11 марта 2022г

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн цен-ность, ккал
ОВЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Салат из отварных овощей	65	1,12	7,50	5,12	85,00
Запеканка пшеничная с творогом	150/50	14,57	11,19	46,96	346,83
Кисель из концентрата	200	1,36	0,00	29,02	116,19
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ОБЕД					
Салат витаминный	20	0,76	6,09	5,00	77,56
Суп картофельный с макарон.изд	200	1,54	4,69	10,07	92,19
Биточек из мяса птицы/соус томатный	70/30	12,40	6,88	6,00	137,39
Каша ячневая	120	2,55	4,85	18,64	128,36
Компот из сухофруктов	200	0,56	0,00	27,89	113,79
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
ОВЗ 5-9 кл					
ЗАВТРАК					
Салат из отварных овощей	110	2,05	12,70	8,70	144,10
Запеканка пшеничная с творогом	150/50	14,57	11,19	46,96	346,83
Кисель из концентрата	200	1,36	0,00	29,02	116,19
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ОБЕД					
Салат витаминный	20	1,26	10,14	8,32	129,26
Суп картофельный с макарон.изд	250	1,93	5,86	12,59	115,24
Биточек из мяса птицы/соус томатный	70/50	12,40	6,88	6,00	137,39
Каша ячневая	150	3,20	6,06	23,30	160,45
Компот из сухофруктов	200	0,56	0,00	27,89	113,79
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					

Зав.произв:  Л.В.Корнеева

Диетсестра:  Н.А.Ковыляева

