

Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Коноваловка

А.А.Орлов.



## Меню.

« 09 » октября 2023 год.

<i><b>Завтрак.</b></i>	<i><b>Масса порции 3-7 лет</b></i>	<i><b>Энергетическая ценность (ккал)</b></i>
Каша манная молочная жидкая.	160	192,12
Хлеб пшеничный.	40	94
Кофейный напиток на молоке.	200	212,22
Апельсин	30	13,8
<i><b>Итого за завтрак</b></i>		<i><b>678,67</b></i>
<i><b>2-ой завтрак</b></i>		
Кефир	50	18,67
<i><b>Итого за 2-ой завтрак</b></i>		<i><b>18,67</b></i>
<i><b>Обед.</b></i>		
Суп крестьянский с курицей, со сметаной.	180	218,25
Рыбные биточки.	70	117,15
Картофельное пюре.	130	179,58
Хлеб пшеничный.	40	94
Хлеб ржаной.	50	87,00
Компот из сухофруктов + С витаминизация.	180	101,7
<i><b>Итого за обед</b></i>		<i><b>797,68</b></i>
<i><b>Полдник уплотнённый.</b></i>		
Макаронны, запеченные с яйцом.	180	263,57
Чай с сахаром.	200	50,4
<i><b>Итого за полдник</b></i>		<i><b>313,97</b></i>
<i><b>Всего</b></i>		<i><b>1808,99</b></i>

Повар.

Дороф



## Меню.

«10» октября 2023 год.

	<b>Завтрак.</b>	<b>Масса порции 3-7 лет</b>	<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>
	Омлет натуральный.	110	159,78
	Хлеб пшеничный.	30	70,5
	Бутерброд с маслом	60	181,33
	Чай с сахаром.	200	50,4
	Яблоко	30	17,6
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>479,61</b>
	<b>2-ой завтрак</b>		
	Ряженка	50	34,1
	<b>Итого за 2-ой завтрак</b>		<b>34,1</b>
	<b>Обед.</b>		
	Суп – уха из свежей рыбы.	180	150,3
	Капуста тушеная с курицей.	200	187,89
	Хлеб пшеничный.	20	47,0
	Хлеб ржаной.	50	87,0
	Компот из свежих яблок.	180	97,9
	<b>Итого за обед</b>		<b>570,09</b>
	<b>Полдник уплотнённый.</b>		
	Каша «Дружба» молочная жидкая.	160	219,57
	Хлеб пшеничный.	30	70,5
	Какао на молоке.	200	236,48
	<b>Итого за полдник</b>		<b>526,55</b>
	<b>Всего</b>		<b>1610,35</b>

Повар. Давыдов

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ ООШ с. Коноваловка  
А.А. Орлов.



**Меню.**  
**«11» октября 2023 год.**

	<b>Завтрак.</b>	<b>Масса порции 3-7 лет</b>	<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>
	Каша ячневая молочная жидкая.	170	197,33
	Хлеб пшеничный.	40	94
	Кофейный напиток.	200	212,22
	Апельсин	30	13,8
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>681,55</b>
	<b>2-ой завтрак</b>		
	Снежок	50	18,67
	<b>Итого за 2-ой завтрак</b>		<b>36,27</b>
	<b>Обед.</b>		
	Щи с курицей, со сметаной.	180	205,78
	Жаркое по-домашнему.	200	277,66
	Хлеб пшеничный.	40	94,0
	Хлеб ржаной.	50	87,0
	Компот из сухофруктов + С витаминизация.	180	79,0
	<b>Итого за обед</b>		<b>743,44</b>
	<b>Полдник уплотнённый.</b>		
	Запеканка из творога с маслом, сахаром.	160	395,2
	Чай с сахаром	180	50,4
	<b>Итого за полдник</b>		<b>434,7</b>
	<b>Всего</b>		<b>1878,36</b>

Повар. Роза

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ ООШ с.Коноваловка  
А.А.Орлов.



**Меню.**  
**«12» октября 2023 год.**

<b>Завтрак.</b>	<b>Масса порции 3-7 лет</b>	<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>
Каша перловая молочная жидкая.	140	166,37
Бутерброд с маслом, сыром	60	211,10
Хлеб пшеничный.	30	70,5
Какао на молоке.	180	152,84
Яблоко	30	17,6
<b>Итого за завтрак</b>		<b>614,61</b>
<b>2-ой завтрак</b>		
Кефир	50	18,67
<b>Итого за 2-ой завтрак</b>		<b>18,67</b>
<b>Обед.</b>		
Суп картофельный с курицей, гренками, со сметаной.	180	147,83
Плов из отварной курицы	200	367,0
Хлеб пшеничный.	20	47,0
Хлеб ржаной.	50	87,0
Лимонный напиток.	180	0,54
<b>Итого за обед</b>		<b>649,37</b>
<b>Полдник уплотнённый.</b>		
Овощное рагу.	140	130,91
Хлеб пшеничный.	30	70,5
Ватрушка с повидлом	60	268,1
Чай с сахаром.	180	50,4
<b>Итого за полдник</b>		<b>519,91</b>
<b>Всего</b>		<b>1802,56</b>

Повар. Докел

Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с. Коноваловка

А.А. Орлов.



## Меню.

«13» октября 2023 год.

	<b>Завтрак.</b>	<b>Масса порции 3-7 лет</b>	<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>
	Суп молочный с макаронными изделиями.	160	219,17
	Хлеб пшеничный.	40	94,0
	Кофейный напиток на молоке.	200	235,8
	Апельсин	30	13,8
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>566,57</b>
	<b>2-ой завтрак</b>		
	Ряженка	50	32
	<b>Итого за 2-ой завтрак</b>		<b>32</b>
	<b>Обед.</b>		
	Борщ с курицей, со сметаной.	180	122,68
	Биточки из кур.	70	102,1
	Каша гречневая.	100	159,42
	Соус овощной.	30	31,88
	Хлеб пшеничный.	20	94,0
	Хлеб ржаной.	50	87,0
	Компот из сухофруктов + С витаминизация.	180	101,7
	<b>Итого за обед</b>		<b>698,78</b>
	<b>Полдник уплотнённый.</b>		
	Картофель, запеченный под омлетом	140	239,0
	Сырники из творога с повидлом.	120	214,08
	Чай с лимоном.	180	50,4
	<b>Итого за полдник</b>		<b>523,48</b>
	<b>Всего</b>		<b>1820,83</b>

Повар. Рябенко