


Утверждаю
Директор
ГБОУ ООШ с.Коноваловка

А.А.Орлов.

Меню.
« 09 » января 2024 год.

	Завтрак.	Масса порции 3-7 лет	Энергетическая ценность (ккал)
	Омлет натуральный.	110	159,78
	Хлеб пшеничный.	30	70,5
	Бутерброд с маслом.	60	181,33
	Чай с сахаром.	200	50,4
	Апельсин	30	64,0
	Итого за завтрак		526,01
	2-ой завтрак		
	Ряженка	50	25,0
	Итого за 2-ой завтрак		
	Обед.		
	Суп картофельный с рыбой.	180	149,12
	Гуляш из курицы.	70	187,32
	Отварные макаронные изделия.	130	217,44
	Хлеб пшеничный.	20	47,0
	Хлеб ржаной.	50	87,0
	Компот из свежих яблок.	180	107,9
	Итого за обед		795,78
	Полдник уплотнённый.		
	Каша геркулесовая молочная жидкая.	160	194,59
	Хлеб пшеничный.	30	70,5
	Кофейный напиток на молоке	200	212,22
	Итого за полдник		477,31
	Всего		1824,1

Повар. 

Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Коноваловка

А.А.Орлов.




Меню.

«10» января 2024 год.

	Завтрак.	Масса порции 3-7 лет	Энергетическая ценность (ккал)
	Каша рисовая молочная жидкая.	160	249,05
	Хлеб пшеничный.	40	94
	Какао на молоке.	180	212,83
	Яблоко	30	17,6
	Итого за завтрак		573,48
	2-ой завтрак		
	Кефир	50	18,67
	Итого за 2-ой завтрак		
	Обед.		
	Суп гороховый с курицей.	180	231,69
	Картофель тушёный с курицей.	200	327,24
	Хлеб пшеничный.	40	94
	Хлеб ржаной.	50	87,0
	Лимонный напиток.	180	0,54
	Итого за обед		740,47
	Полдник уплотнённый.		
	Лапшевник с творогом.	200	475,19
	Чай с сахаром.	200	56,4
	Итого за полдник		531,59
	Всего		1864,21

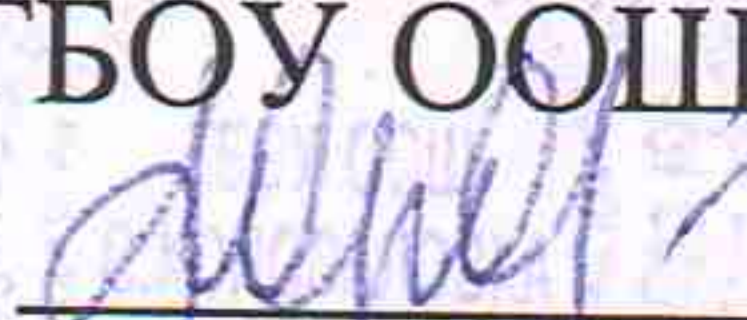
Повар.

Утверждаю
Директор
ГБОУ ООШ с.Коноваловка

А.А.Орлов.

Меню.
«11» января 2024 год.

Завтрак.	Масса порции 3-7 лет	Энергетическая ценность (ккал)
Суп молочный с пшеном.	140	162,5
Бутерброд с маслом, сыром.	60	211,10
Хлеб пшеничный.	30	70,5
Кофейный напиток на молоке.	180	91,0
Апельсин	30	13,8
Итого за завтрак		558,9
2-ой завтрак		
Снежок	50	32
Итого за 2-ой завтрак		32
Обед.		
Суп вермишелевый с курицей, со сметаной.	180	211,68
Котлеты из курицы.	70	170,68
Гороховое пюре.	130	201,09
Хлеб пшеничный.	20	47,0
Хлеб ржаной.	50	87,0
Компот из сухофруктов +С витаминизация.	180	101,7
Итого за обед		819,15
Полдник уплотнённый.		
Овощи тушёные.	140	130,91
Хлеб пшеничный.	30	70,5
Чай с сахаром.	180	50,4
Рогалик	60	217,56
Итого за полдник		469,37
Всего		1820,23

Повар. 

Утверждаю
Директор
ГБОУ ООШ с.Коноваловка

А.А.Орлов.

Меню.

«12» января 2024 год.

	Завтрак.	Масса порции 3-7 лет	Энергетическая ценность (ккал)
	Каша гречневая молочная жидкая.	180	200,15
	Хлеб пшеничный.	40	94
	Какао на молоке.	200	212,83
	Яблоко	30	17,6
	Итого за завтрак		688,31
	2-ой завтрак		
	Ряженка	50	25,0
	Итого за 2-ой завтрак		25,0
	Обед.		
	Суп с клёцками, курицей, со сметаной.	144	156,6
	Клёцки.	36	108,22
	Ленивые голубцы с курицей.	200	287,4
	Хлеб пшеничный.	40	94,0
	Хлеб ржаной.	50	87,0
	Компот из свежих яблок.	180	79,0
	Итого за обед		812,22
	Полдник уплотнённый.		
	Запеканка из творога с маслом, сахаром.	180	325,290
	Чай с лимоном.	200	56,4
	Итого за полдник		303,59
	Всего		1829,12

Повар. 