



Коноваловка
А.А. Орлов.

Меню.

«15» января 2024 год.

Завтрак.		Масса порции 3-7 лет	Энергетическая ценность (ккал)
Каша манная молочная жидкая.		160	192,12
Хлеб пшеничный.		40	94
Кофейный напиток на молоке.		200	212,22
Апельсин		30	13,8
Итого за завтрак			678,67
2-ой завтрак			
Кефир		50	18,67
Итого за 2-ой завтрак			18,67
Обед.			
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
Итого за обед			797,68
Полдник уплотнённый.			
Макаронны, запеченные с яйцом.		180	263,57
Чай с сахаром.		200	50,4
Итого за полдник			313,97
Всего			1808,99

Повар. _____

Рахел



Коноваловка
А.А.Орлов.

Меню.

«16» января 2024 год.

<i>Завтрак.</i>	<i>Масса порции 3-7 лет</i>	<i>Энергетическая ценность (ккал)</i>
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
<i>Итого за завтрак</i>		479,61
<i>2-ой завтрак</i>		
Ряженка	50	34,1
<i>Итого за 2-ой завтрак</i>		34,1
<i>Обед.</i>		
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
<i>Итого за обед</i>		570,09
<i>Полдник уплотнённый.</i>		
Каша «Дружба» молочная жидкая.	160	219,57
Хлеб пшеничный.	30	70,5
Какао на молоке.	200	236,48
<i>Итого за полдник</i>		526,55
<i>Всего</i>		1610,35

Повар. _____

Рожков



Меню.

«17» января 2024 год.

	Завтрак.	Масса порции 3-7 лет	Энергетическая ценность (ккал)
	Каша ячневая молочная жидкая.	170	197,33
	Хлеб пшеничный.	40	94
	Кофейный напиток.	200	212,22
	Апельсин	30	13,8
	Итого за завтрак		681,55
	2-ой завтрак		
	Снежок	50	18,67
	Итого за 2-ой завтрак		36,27
	Обед.		
	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
	Итого за обед		743,44
	Полдник уплотнённый.		
	Запеканка из творога с маслом, сахаром.	160	395,2
	Чай с сахаром	180	50,4
	Итого за полдник		434,7
	Всего		1878,36

Повар. Радис



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

Меню.
«18» января 2024 год.

	Завтрак.	Масса порции 3-7 лет	Энергетическая ценность (ккал)
	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
	Итого за завтрак		614,61
	2-ой завтрак		
	Кефир	50	18,67
	Итого за 2-ой завтрак		18,67
	Обед.		
	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
	Итого за обед		649,37
	Полдник уплотнённый.		
	Овощное рагу.	140	130,91
	Хлеб пшеничный.	30	70,5
	Ватрушка с повидлом	60	268,1
	Чай с сахаром.	180	50,4
	Итого за полдник		519,91
	Всего		1802,56

Повар.

Рахел



с. Коноваловка
А.А. Орлов.

Меню.

«19» января 2024 год.

	Завтрак.	Масса порции 3-7 лет	Энергетическая ценность (ккал)
	Суп молочный с макаронными изделиями.	160	219,17
	Хлеб пшеничный.	40	94,0
	Кофейный напиток на молоке.	200	235,8
	Апельсин	30	13,8
	Итого за завтрак		566,57
	2-ой завтрак		
	Ряженка	50	32
	Итого за 2-ой завтрак		32
	Обед.		
	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
	Итого за обед		698,78
	Полдник уплотнённый.		
	Картофель, запеченный под омлетом	140	239,0
	Сырники из творога с повидлом.	120	214,08
	Чай с лимоном.	180	50,4
	Итого за полдник		523,48
	Всего		1820,83

Повар. Рябенко