

Утверждаю директор  
МКОУ "СОШ" с.п Кичмалка  
Боташева Р.Р



МЕНЮ ДО

12.10.2020 по 23.10.2020

12.10.2020									
№ пп	Завтрак	масса гр.		Выход гр	пищевые вещества			энергетич цена	
		брутто	нетто		б	ж	у	(кал)	руб
1	Суп молочный с макаронными изд.			200					
	Хлеб	35	35		2,7	1,05	17,43	91,7	34
2	Второй завтрак			45					
	Яблоко свежее	50	45		0,2	0,2	4,9	22,5	65
3	Обед								
	Суп гороховый			200					
	Плов с мясом			170					
	Овощи свеж. с раст. маслом			50					
	компот из сухофруктов			200					
	хлеб	60	60		14,6	1,8	29,88	157,2	34
4	Полдник								
	Запеканка творожная/сырники			130					
	чай с сахаром			200					
	хлеб	35	35		2,7	1,05	17,43	91,7	34
13.10.2020									
1	Завтрак	брутто	нетто	выход					цена
	каша манная с маслом			200					
	Хлеб			35					
	второй завтрак			45					
	яблоко	50	45		0,2	0,2	4,9	22,5	65
3	Обед								
	Борщ			200					
	Тефтели			55					
	Картофель отварной			150					
	Соус томатный			50					
	Компот из яблок			200					
	Хлеб	60	60						34

4	Полдник								
	Омлет			100					
	Чай с сахаром			200					
	Хлеб	35	35	35	2,7	1,05	17,43	91,7	34
14.10.2020									
1	Завтрак	брутто	нетто	выход					цена
	каша овсянная молочная			200					
	хлеб	35	35		2,7	1,05	17,43	91,7	34
2	Второй завтрак			45					
	Яблоко свежее	50	45		0,2	0,2	4,9	22,5	65
3	Обед								
	Суп с перловой крупой			200					
	Курица отварная			60					
	Соус сметанный			50					
	Крупа кукурузная с масл			130					
	кисель			200					
	хлеб	60	60		4,62	1,8	29,88	157,2	34
4	Полдник								
	чай с сахаром			200					
	хлеб с сыром,с маслом			35/5/5					
	Хлеб	35	35		2,7	1,05	17,43	91,7	34
	сыр	5	5		0,02	4,1	0,04	37,4	330
	Масло слив	5	5						260
15.10.2020									
1	Завтрак	брутто	нетто	выход					цена
	Суп рисовый молочный			200					
	хлеб	35	35	35	2,7	1,05	17,43	91,7	34
2	Второй завтрак			45					
	Яблоко	50	45		0,2	0,2	4,9	22,5	65
3	Обед								
	Отварная свекла с раст			50					
	масл								
	Суп фасолевый			200					
	Рыбные котлеты			70					
	Гречка отварная			130					
	Кисель			200					
	хлеб	60	60	60	4,62	1,8	29,88	157,2	34
4	Полдник								
	Какао			200					
	хлеб с маслом	35	35	35/5	2,7	1,05	17,43	91,7	34

	Масло слив	5	5						260

16.10.2020

1	Завтрак	брутто	нетто	выход					цена
	Вермишель с маслом			150					
	Чай с сахаром			200					
	хлеб	35	35		2,7	1,05	17,43	91,7	34
2	Второй завтрак			45					
	Яблоко	50	45		0,2	0,2	4,9	22,5	65

3	Обед								
	Свекольник			200					
	Жаркое по домашнему			200					
	Компот из сухофруктов			200					
	хлеб	60	60	60	2,7	1,05	17,43	91,7	34
4	Полдник								
	Каша пшеничная молочная жид			200					
	хлеб	35	35	35					34

19.10.2020

1	Завтрак	брутто	нетто	выход					цена
	каша манная с маслом			200					
	Хлеб			35					
2	Второй завтрак			45					
	яблоко свежее	50	45		0,2	0,2	4,9	22,5	65

3	Обед								
	суп крестьянский со сметаной			200					
	Котлета мясная			60					
	Картофельное пюре			130					
	Овощи свеж.с раст маслом			50					
	Компот из яблок			200					
	Хлеб	60	60						34
4	Полдник								
	чай с сахаром			200					
	хлеб с сыром	35	35		2,7	1,05	17,43	91,7	34

20.10.2020

1	Завтрак	брутто	нетто	выход					цена
	Суп гречневый молочный			200					
	Хлеб	35	35						34
2	Второй завтрак			45					
	свежее яблоко	50	45		0,2	0,2	4,9	23	65

3	Обед								
	Щи из свежей капусты			200					
	Плов из говядины			170					
	Отварн свекла с раст масл								
	кисель			200					
	Хлеб	60	60		4,6	0,5	29,9	157,2	34
4	Полдник								
	Отварная перловка с маслом			200					
	хлеб	35	35		2,7	1,05	17,43	91,7	34

**21.10.2020**

1	Завтрак	брутто	нетто	выход					цена
	Каша ячневая молочная			200					
2	Второй завтрак			45					
	Яблоко	50	45		0,2	0,2	4,9	22,5	65
3	Обед								
	Суп гороховый			200					
	Тертая морковь с растит. маслом								
	Бефстроганов в смет. соусе			200					
	Пшеника отварная с масл			130					
	Компот из сухофруктов			200					
	хлеб	60	60		2,7	1,05	17,43	91,7	34
4	Полдник								
	Какао			200					
	хлеб с маслом	35	35	35/5	2,7	1,05	17,43	91,7	34

**22.10.2020**

1	Завтрак	брутто	нетто	выход					цена
	Яйцо варенное	1		1					6
	Чай с сахаром			200					
	хлеб			35					
	хлеб	35	35		2,7	1,05	17,43	91,7	34
2	Второй завтрак			45					
	Яблоко	50	45		0,2	0,2	4,9	22,5	65
3	Обед								
	Борщ			200					
	Рыбные котлеты			70					
	Макароны отварные	30	30						35
	Кисель								
	хлеб пшеничный	60	60						34

4	Полдник								
	каша овсянная молочная			200					
	хлеб	35	35		2,7	1,05	17,43	91,7	34
<b>23.10.2020</b>									
1	Завтрак	брутто	нетто	выход					цена
	Каша молочная «Дружба»			200					
	Хлеб	35	35		2,7	1,05	17,43	91,7	34
2	Второй завтрак			45					
	Яблоко	50	45		0,2	0,2	4,9	22,5	65
3	Обед								
	Суп с перловой крупой			200					
	Курица отварная			60					
	Соус сметанный			50					
	Крупа кукурузная с масл			130					
	Компот из свежих яблок			200					
	Хлеб	60	60						34
	Оладьи			80					
	Чай с сахаром			200					