

Утверждаю:
 Директор МБОУ "Герзель-Аульская СШ №1"
 _____ Майлова Э.В.

МЕНЮ
 горячего питания для обучающихся 1-4 классов
 МБОУ «Герзель-Аульская СШ №1» 2023-2024 уч.г.

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г
Понедельник	Котлета куриная	70	6.65	12.6	19.6
	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14
	Картофельное пюре №377	100	2.7	4	5.8
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8
	Итого	500	14.52	17.6	75.84
Вторник	Каша рисовая с изюмом №177	170	4.93	8.81	38.85
	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9
	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8
	Итого	500	11.59	11.06	95.69
Среда	Омлет с сыром №275	150	16.87	23.25	2.81
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5
	Хлеб пшеничный	60	4.73	0.6	24.14
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8
	Итого	500	22.91	32.55	53.38
Четверг	Рис припущенный №305	100	2.43	2.87	24.45
	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9
	Хлеб пшеничный	70	5.52	0.7	33.8
	Сосиски "Особые халяль"	50	4.75	6.75	1.37
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8
	Итого	500	15.42	12.07	92.32
пятница	Рыба припущенная	90	15.6	0.6	0.96
	Картофельное пюре №377	150	4.04	6	8.7
	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13
	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9
	Итого	500	25.18	16.65	49.83
Понедельник	Рыба припущенная	75	13	0.5	0.8
	Рис отварной №304	100	2.43	3.58	24.46
	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	15	0.12	12.3	0.19
	Булочка домашняя	60	4.2	6.7	27.8
	Итого	500	23.72	23.68	86.89
Вторник	Сырники из творога запеченые	100	15.8	5.3	17.9
	Чай с молоком или сливками №378	200	1.52	1.35	15.9
	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8
	Булочка домашняя	60	4.2	6.7	27.8
	Итого	500	26.74	22.45	102.67
Среда	Запеканка из творога	150	23.85	11.55	22.5
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5
	Хлеб пшеничный	60	4.73	0.6	24.14
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.13
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8
	Итого	500	29.89	20.85	73.07
четверг	Греча отварная №4,3	100	5.73	4.06	25.76
	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14
	Котлета куриная	70	6.65	12.6	19.6
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5

	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8
	Итого	500	17.55	17.66	95.8
пятица	Рис отварной №304	100	2.43	3.58	24.46
	Хлеб пшеничный	50	3.94	0.5	24.14
	Чай с лимоном №459	180	0.02	0.09	8.55
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	0.16	16.4	0.26
	Котлета куриная	70	6.65	12.6	19.6
	Яблоко №338	80	1.2	0.4	16.8
	Итого	500	14.4	33.57	93.81

