

Утверждаю директор ГБОУ СОШ с. Рысайкино _____ Андреева Л.В.

Меню на 11.04.2022 год

Понед.	Наименование блюда	№ рецепт.	Выход с 1.5 -3 лет	Выход с 3 - 7 лет	Ккал. с 1.5 -3 лет	Ккал. с 3 - 7 лет
Завтрак	Каша манная молочная с маслом	132	150	200	161,25	215
	Какао с молоком	117	150	180	142,37	170,84
	Печенье		12	12	58,2	58,2
			312	392	361,82	444,04
Обед	Суп из курицы с дом. лапшой	47	150	200	115,58	154,1
	Гороховое пюре с маслом	206	130	150	198,9	238,7
	Сосиски отв. том- смет соус	275 /119	50 /20	50 /30	130 14,62	130 21,93
	Компот из с\ф	250	150	180	74,11	88,93
	Хлеб пшен.		50	60	8,25	9,9
				550	650	541,46
Полдник	Пирог открытый с повидлом	459	70	100	134,75	192,5
	Чай с сахаром	264	150	180	52	62,4
			220	280	186,75	254,9
Итого			1082	1292	1090,03	1289,52

Утверждаю директор ГБОУ СОШ с. Рысайкино _____ Андреева Л.В.

Меню на 12.04.2022 год

Вторник	Наименование блюда	№ рецепт.	Выход с 1.5 -3 лет	Выход с 3 - 7 лет	Ккал. с 1.5 -3 лет	Ккал. с 3 - 7 лет
Завтрак	Каша из овсянных хлопьев молочная с маслом	67	150	200	140,25	187
	Какао с молоком	117	150	180	143,2	170,84
	Хлеб пш. с маслом	1	20/5	20/5	68	68
			325	405	351,45	372.86
Обед	Борщ на м\к бульоне со смет.	28	150	200	96	128
	Котлеты куриные в том. смет соусе.	178	60	70	156,04	184,16
		макар отв с маслом	194	100	130	21,93
	Компот из с\ф	250	150	180	126,1	163,9
	Хлеб пшен.		50	60	74,11	88,93
			530	660	8,25	9,9
					482,43	596,82
Полдник	Омлет	77	80	100	99,94	124,93
	Кисель фруктовый	233	150	180	84,9	101,88
	Яблоко		100	100	52,27	52,27
			330	380	237,11	266.09
итого			1185	1465	1070,99	1235,77

Утверждаю директор ГБОУ СОШ с. Рысайкино _____ Андреева Л.В.

Меню на 13.04.2022 год

среда	Наименование блюда	№ рецепт.	Выход с 1.5 -3 лет	Выход с 3 - 7 лет	Ккал. с 1.5 -3 лет	Ккал. с 3 - 7 лет
Завтрак	Каша «Дружба» мол. с маслом	66	150	200	167,37	223,16
	Кофейный напиток с молоком	395	150	180	63	84
	Печенье		12	12	50,04	50,04
			312	392	280,41	391,06
Обед	Рассольник на м\к. бульоне	32	150	200	94,47	125,96
	Голубцы ленивые с мясом	150	180	200	210,3	233,67
	Компот из с\ф	250	150	180	74,11	88,93
	Хлеб пшен.		50	60	8,25	9,9
				530	640	387,13
Полдник	Блинчики с маслом	183	100/5	100/5	193,84	193,84
	Чай с сахаром	264	150	180	52	62,4
	Йогурт		110	110	71	71
			365	395	316,84	327,24
Итого			1207	1427	987.4	1176.76

Утверждаю директор ГБОУ СОШ с. Рысайкино _____ Андреева Л.В.

Меню на 14.04.2022

четверг		№ рецепт.	Выход с 1.5 -3 лет	Выход с 3 - 7 лет	Ккал. с 1.5 -3 лет	Ккал. с 3 - 7 лет
Завтрак	Каша рисовая молочная с маслом	70	150	200	179,51	239,34
	Какао с молоком	117	150	180	98,22	117,86
	Хлеб пш. с маслом и сыром	3	20/5/10	20/5/10	117	117
			335	415	394,73	494,2
Обед	Салат из капусты с яблок. с р.м.	18	40	60	37,07	55,6
	Суп вермишелевый с курицей	55	150	200	92,97	123,96
	Гречка отв. с маслом	65	100	120	108.2	129.84
	Рыба запечённая	254	60	80	120	160
	Компот из с\ф	250	150	180	74,11	88,93
	Хлеб пшен.		50	60	8,25	9,9
Полдник			550	680	440,6	503,29
	Яичница с хлебом	227	60	80	138,47	184.62
	Кисель фруктовый	233	150	180	84,9	101,88
	Яблоко		100	100	52,27	52,27
			310	360	275,64	338.77
Итого			1195	1455	1110,97	1336,26

Утверждаю директор ГБОУ СОШ с. Рысайкино _____ Андреева Л.В.

Меню на 15.04.2022

пятница		№ рецепт.	Выход с 1.5 -3 лет	Выход с 3 - 7 лет	Ккал. с 1.5 -3 лет	Ккал. с 3 - 7 лет
Завтрак	Верм . в молоке	33	180	200	168,34	187,04
	Какао с молоком	117	150	180	98,22	117,86
	Хлеб с маслом	1	20/5	20/5	68	68
			355	405	334,56	372,9
Обед	Суп гороховый на м\к бульоне	35	150	200	93,98	125,3
	Котлеты куриные , том. смет. соус	178	60 20	70 20	157,85 21,6	184.16 21.6
	Макар. отв. с маслом	194	100	130	146,34	190.24
	Компот из с\ф	250	150	180	74,11	88,93
	Хлеб пшен.		50	60	8,25	9,9
				530	640	502,13
Полдник	Булочка с маком		80	100	208,22	260.28
	Сок		180	200	85,27	94.74
			260	300	293,49	355.02
Итого			1145	1375	1130,18	1278.6

Утверждаю директор ГБОУ СОШ с. Рысайкино _____ Андреева Л.В.

Меню на 18.04.2022

понеделнь ик		№ рецепт.	Выход с 1.5 -3 лет	Выход с 3 - 7 лет	Ккал. с 1.5 -3 лет	Ккал. с 3 - 7 лет
Завтрак	Каша пшённая молочная с маслом	70	150	200	182,94	243,92
	Кофейный напиток с молоком	395	150	180	63	100,8
	Хлеб со сгущ. молоком	101	20\10	20\10	81	81
			330	410	326,94	425.72
Обед	Салат из лука с зел. горош. с р\м.		40	60	23,8	35,7
	Щи из св. капусты на м\к бульоне со сметаной	30	150	200	64,7	86,26
	Гуляш из говядины	152	80	100	108,88	136,1
	Картофельное пюре	206	100	130	105,38	137
	Компот из с\ф	250	150	180	74,11	88,93
	Хлеб пшен.		50	60	8,25	9,9
				570	680	385,12
Полдник	Плюшка с изюмом		80	100	208,28	260,35
	Чай с сахаром	264	150	180	52	62,4
	Бананы		120	120	114	114
			350	400	374,28	436.75
Итого						
			1250	1490	1086,34	1338.51

Утверждаю директор ГБОУ СОШ с. Рысайкино _____ Андреева Л.В.

Меню на 19.04.2022

вторник		№ рецепт.	Выход с 1.5 -3 лет	Выход с 3 - 7 лет	Ккал. с 1.5 -3 лет	Ккал. с 3 - 7 лет
Завтрак	Каша манная молочная с маслом	132	150	200	161,25	215
	Какао с молоком	117	150	180	142,37	170,84
	Печенье		12	12	58,2	58,2
			312	392	361,82	444,04
Обед	Суп из курицы с клёцками	43	150	200	92,98	123,97
	Куры запечённые с овощами	181	60/20	80/20	206,3	257,87
	Рис припущенный с маслом	192	100	130	110	143
	Компот из с\ф	250	150	180	74,11	88,93
	Хлеб пшен.		50	60	8,25	9,9
			530	670	491,64	614,5
Полдник	Яйцо вкрутую	209	25	50	39.37	78.75
	Хлеб с маслом	1	20/5	20\5	68	68
	Чай сладкий	264	150	180	52	62,4
	Яблоко		100	120	43.56	52,27
			300	375	159.37	245.67
Итого			1142	1437	1012,83	1304,21

Утверждаю директор ГБОУ СОШ с. Рысайкино _____ Андреева Л.В.

Меню на 20.04.2022

вторник		№ рецепт.	Выход с 1.5 -3 лет	Выход с 3 - 7 лет	Ккал. с 1.5 -3 лет	Ккал. с 3 - 7 лет
Завтрак	Каша «Дружба» мол. с маслом	66	150	200	167,37	223,16
	Кофейный напиток с молоком	395	150	180	63	84
	Печенье		12	12	50,04	50,04
			312	392	280,41	391,06
Обед	Салат из моркови с ябл с р. м.	22	45	60	49,1	65,46
	Суп картоф. на м\к бульоне	36	150	200	84,38	112,5
	Биточки сборные, том.смет. соус	178 (33)	70 20	80 20	183,39 21,6	221,49 21,6
	Макар . отв с маслом	194	100	130	126,08	163,9
	Компот из сухофруктов	250	150	180	74,11	88,93
	Хлеб пшен.		50	60	8,25	9,9
			585	710	546,91	683,78
Полдник	Блинчики с маслом	183	100/5	100/5	193,84	193,84
	Чай сладкий	264	150	180	52	62,4
			255	285	245,84	256,24
Итого			1152	1387	1073,16	1331,08

Утверждаю директор ГБОУ СОШ с. Рысайкино _____ Андреева Л.В.

Меню на 21.04.2022

вторник		№ рецепт.	Выход с 1.5 -3 лет	Выход с 3 - 7 лет	Ккал. с 1.5 -3 лет	Ккал. с 3 - 7 лет
Завтрак	Верм . в молоке	33	180	200	168,34	187,04
	Чай сладкий	264	150	180	52	62,4
	булочка с джемом	6	20/10	20/10	110,29	100,29
			360	410	330,63	349,73
Обед	Винегрет	30	40	60	46,19	63,0
	Борщ на м\к бульоне со смет.	28	150	200	96	128
	Плов с мясом	163	180	200	324,32	360,36
	Компот из с\ф	250	150	180	74,11	88,93
	Хлеб пшен.		50	60	8,25	9,9
			570	700	548,87	650,19
Полдник						
	Манник	274	70	70	186,9	186,9
	Кисель фруктовый	233	150	180	84,9	101,88
	яблоко		100	100	43.56	43,56
			320	350	315,36	332,34
Итого			1250	1460	1194,86	1332,26

Утверждаю директор ГБОУ СОШ с. Рысайкино _____ Андреева Л.В.

Меню на 22.04.2022

вторник		№ рецепт.	Выход с 1.5 -3 лет	Выход с 3 - 7 лет	Ккал. с 1.5 -3 лет	Ккал. с 3 - 7 лет
Завтрак	Каша рисовая молочная с маслом	70	150	200	179,51	239,34
	Какао с молоком	117	150	180	98,22	117,86
	Печенье		12	12	58,2	58,2
			312	392	335,93	415,4
Обед	Суп крестьянский на м\к бульоне	37	150	200	85,57	114,09
	Запеканка картофельная с отварным мясом	157	200	220	303,05	333,35
	Компот из с\ф	250	150	180	74,11	88,93
	Хлеб пшен.		50	60	8,25	9,9
			550	660	470,98	546,27
		Булочка с маслом и джемом		40/8/8	60/10\10	135,06
Полдник	Сок фруктовый		180	200	85,27	94,74
	Конфеты		17	17	90	90
			233	267	310,33	372,33
Итого			1095	1349	1117,24	1334,00