



Директор ООО "Ресурс"

Меню обучающихся начальной школы
на 19 декабря 2022г

Бесплатное горячее питание I смена					
	Выход (гр)	Б	Ж	У	Ккал
Выпечка дрож/печенье/пряники	50/30	3,65	7,15	28,01	191
Каша овсяная на молоке с маслом	210	4,78	8,84	30,14	219
Бутерброд с колбасой п/к	20/15	3,29	4,87	45,27	95
Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	56
Итого					561
Бесплатное горячее питание II смена					
	Выход (гр)	Б	Ж	У	Ккал
Салат витаминный	60	0,6	1,65	5,9	41
Суп гороховый	250	5,56	3,68	17,61	126
Плов из цыпленка	150	28,77	8,94	38,25	348
Выпечка дрож/печенье/пряники	50/30	3,65	7,15	28,01	191
Хлеб ржаной	36	2,7	0,35	16,26	78,7
Компот из сухофруктов	200	0,15	0,14	25,36	103
Итого					887,7



Директор ООО "Ресурс"

Меню обучающихся начальной школы
на 20 декабря 2022г

Бесплатное горячее питание I смена					
	Выход (гр)	Б	Ж	У	Ккал
Салат из свежей капусты	60	0,85	3,05	5,41	52,44
Котлета рыбная	90	12,2	7,27	7,6	140,6
Картофельное пюре	155	3,1	7,49	20,13	160
Хлеб ржаной	18	1,37	0,17	8,14	39,3
Батон нарезной	20	1,41	0,51	9,35	48
Компот из ягод	200	0,4	0	33	138
Итого					578,34
Бесплатное горячее питание II смена					
	Выход (гр)	Б	Ж	У	Ккал
Салат из свежей капусты	60	0,85	3,05	5,41	52,44
Борщ	250	20	5,2	13,1	106
Котлета рыбная	90	12,2	7,27	7,6	140,6
Картофельное пюре	155	3,1	7,49	20,13	160
Хлеб ржаной	36	2,7	0,35	16,26	78,7
Батон нарезной	20	1,41	0,51	9,35	48
Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	56
Итого					641,74

УТВЕРЖДАЮ

Сарафанов С.А.

Директор ООО "Ресурс"

Меню обучающихся начальной школы
на 21 декабря 2022г



Бесплатное горячее питание I смена		Выход (гр)	Б	Ж	У	Ккал
Бутерброд с сыром		20/15	4,68	4,41	9,35	96
Запеканка из творога с повидлом		170	29,39	11,56	31,38	347
Кофейный напиток		200	1,8	1,1	22,19	106
Итого						549
Бесплатное горячее питание II смена		Выход (гр)	Б	Ж	У	Ккал
Винегрет овощной		60	0,84	6,48	4,08	74,4
Суп куриный с вермишелью и сметаной		250	6,65	5,83	11,39	125
Котлета из курицы		90	16,03	6,3	8,5	155,25
Рис отварной с маслом		155	3,8	10,25	38,6	265,5
Хлеб ржаной		36	2,7	0,35	16,26	78,7
Батон нарезной		20	1,41	0,51	9,35	48
Чай с сахаром		200	0,18	0,04	13,66	56
Итого						802,85

УТВЕРЖДАЮ

Сарафанов С.А.

Директор ООО "Ресурс"

Меню обучающихся начальной школы
на 22 декабря 2022г



Бесплатное горячее питание I смена		Выход (гр)	Б	Ж	У	Ккал
Салат из свеклы с маслом		60	0,86	3,65	5,02	56,34
Гуляш		100	14,72	17,95	4,62	226,15
Макаронные изделия отварные с маслом		155	5,51	7,15	33,81	222
Батон нарезной		20	1,41	0,51	9,35	48
Хлеб ржаной		18	1,37	0,17	8,14	39,3
Компот из сухофруктов		200	0,15	0,14	25,36	103
Итого						694,79
Бесплатное горячее питание II смена		Выход (гр)	Б	Ж	У	Ккал
Салат из свеклы с маслом		60	0,86	3,65	5,02	56,34
Щи из свежей капусты со сметаной		250	4,1	6,7	20,4	162
Гуляш		100	14,72	17,95	4,62	226,15
Макаронные изделия отварные с маслом		155	5,51	7,15	33,81	222
Батон нарезной		20	1,41	0,51	9,35	48
Хлеб ржаной		36	2,7	0,35	16,26	78,7
Компот из сухофруктов		200	0,15	0,14	25,36	103
Итого						896,19