

«СОГЛАСОВАНО»  
Директор МБОУ г. Керчи РК  
«Школа №28 имени Героев Эльтыгена»  
Шульман В.С.

«УТВЕРЖДАЮ»  
Генеральный директор  
ООО «ЛАДИЯ»  
Нечаева Л.В.

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 5 " 02 2024г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак</b> 73,71 руб					
177	Каша из смеси круп с изюмом (овсяная, перловая)	205	10,12	11,82	41,01	311,00
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00
ПР	Печенье	20	1,28	1,63	20,24	74,37
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб ржаной	25	2,00	0,38	10,03	51,50
	<b>Итого</b>	<b>515</b>	<b>19,27</b>	<b>22,15</b>	<b>101,11</b>	<b>653,87</b>
	<b>Обед</b> 102,82 руб					
51	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	1,11	3,62	10,83	80,38
96	Рассольник ленинградский	250	2,01	5,09	11,98	107,00
268/331	Котлеты из говядины с соусом	90/30	14,54	13,89	13,48	251,38
309	Макаронные изделия отварные	180	6,63	5,42	31,77	202,34
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,43	1,67	25,38	125,08
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	19,68	49,35
	<b>Итого</b>	<b>990</b>	<b>32,22</b>	<b>30,39</b>	<b>143,12</b>	<b>947,53</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1505</b>	<b>51,49</b>	<b>52,54</b>	<b>244,23</b>	<b>1601,40</b>

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 5 " 02 2024г

№репс	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак</b> 86,03 руб					
177	Каша из смеси круп с изюмом (овсяная, перловая)	260	12,68	17,50	51,32	413,50
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00
ПР	Печенье	45	2,88	3,66	45,55	167,34
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	16,56	69,14
	<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>23,11</b>	<b>29,81</b>	<b>143,26</b>	<b>866,98</b>
	<b>Обед</b> 120,45 руб					
51	Салат из свеклы с курагой и изюмом	100	1,85	6,04	18,06	134,00
96	Рассольник ленинградский	250	2,01	5,09	11,98	107,00
268/331	Котлета из говядины с соусом	90/30	14,54	13,89	13,48	251,38
309	Макаронные изделия отварные	180	6,63	5,42	31,77	202,34
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,80	39,14	187,04
ПР	Хлеб ржаной	50	2,80	0,55	27,60	114,95
	<b>Итого</b>	<b>1080</b>	<b>35,55</b>	<b>32,19</b>	<b>172,03</b>	<b>1128,71</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1680</b>	<b>58,66</b>	<b>62,00</b>	<b>315,29</b>	<b>1995,69</b>

Зав.произв

Приятного аппетита

«СОГЛАСОВАНО»  
 Директор МБОУ г. Керчи РК  
 «Школа №28 имени Героев Эльтигена»  
 Шульман З.С.



МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 6 " 02 2024г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак</b> 73,71 руб					
223	Запеканка из творога с молоком сгущенным	150/20	19,69	16,64	35,56	463,00
379	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,31	19,68	93,60
	<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>25,93</b>	<b>19,85</b>	<b>78,64</b>	<b>691,60</b>
	<b>Обед</b> 102,82 руб					
21	Салат из соленых огурцов с луком репчатым	60	0,51	3,03	1,55	35,45
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	104,00
282	Оладьи из печени	100	18,68	22,56	7,64	328,00
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,00
352	Кисель из яблок	180	0,09	0,11	22,58	107,11
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,43	1,67	25,38	125,08
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	19,68	49,35
	<b>Итого</b>	<b>820</b>	<b>30,67</b>	<b>37,39</b>	<b>108,20</b>	<b>885,99</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1330</b>	<b>56,60</b>	<b>57,24</b>	<b>186,84</b>	<b>1577,59</b>

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 6 " 02 2024г

№репц	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак</b> 86,03 руб					
223	Запеканка из творога с молоком сгущенным	200/20	36,41	30,83	43,62	599,86
379	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,46	116,90
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>43,56</b>	<b>34,23</b>	<b>91,48</b>	<b>851,76</b>
	<b>Обед</b> 120,45 руб					
21	Салат из соленых огурцов с луком репчатым	100	0,85	5,05	2,58	59,10
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	104,00
282	Оладьи из печени	100	18,68	22,56	7,64	328,00
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,77	24,55	164,84
352	Кисель из яблок	200	0,11	0,12	25,09	119,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,70	34,28	163,66
ПР	Хлеб ржаной	50	2,80	0,55	27,60	114,95
	<b>Итого</b>	<b>950</b>	<b>33,45</b>	<b>39,66</b>	<b>132,67</b>	<b>1053,55</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1510</b>	<b>77,01</b>	<b>73,89</b>	<b>224,15</b>	<b>1905,31</b>

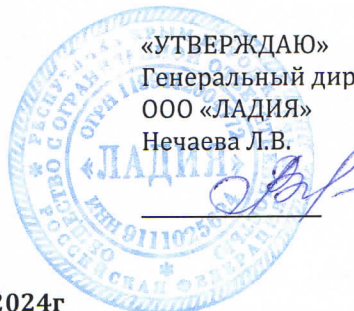
Зав.произв

Приятного аппетита

«СОГЛАСОВАНО»  
Директор МБОУ г. Керчи РК  
«Школа №28 имени Героев Эльтигена»  
Шульман З.С.



«УТВЕРЖДАЮ»  
Генеральный директор  
ООО «ЛАДИЯ»  
Нечаева Л.В.



МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 7 " 02 2024г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак</b> 73,71 руб					
ПР	Икра кабачковая конс.	60	1,64	4,31	8,73	80,26
210	Омлет натуральный	160	16,05	17,94	2,81	308,90
382	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	104,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,31	19,68	93,60
ПР	Хлеб ржаной	25	2,00	0,38	10,03	51,50
	<b>Итого</b>	<b>585</b>	<b>26,43</b>	<b>26,24</b>	<b>64,85</b>	<b>685,26</b>
	<b>Обед</b> 102,82 руб					
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	0,99	2,47	4,38	43,73
108	Суп картофельный с клецками	250	6,22	7,03	30,51	232,00
232/330	Рыба, запеченная в сметанном соусе	100/30	14,83	14,83	7,80	189,97
303	Каша вязкая рисовая	150	2,56	4,17	26,57	154,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,43	1,67	25,38	125,08
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	19,68	49,35
	<b>Итого</b>	<b>870</b>	<b>31,79</b>	<b>30,56</b>	<b>146,33</b>	<b>927,13</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1455</b>	<b>58,22</b>	<b>56,80</b>	<b>211,18</b>	<b>1612,39</b>

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 7 " 02 2024г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак</b> 86,03 руб					
73	Икра кабачковая	100	2,73	7,19	14,55	133,80
210	Омлет натуральный	200	21,40	23,92	3,80	316,00
382	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	104,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,31	19,68	93,60
ПР	Хлеб ржаной	25	2,00	0,38	10,03	51,50
	<b>Итого</b>	<b>665</b>	<b>32,87</b>	<b>35,10</b>	<b>71,66</b>	<b>745,90</b>
	<b>Обед</b> 120,45 руб					
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,65	4,12	7,29	72,90
108	Суп картофельный с клецками	250	6,22	7,03	30,51	232,00
232/330	Рыба, запеченная в сметанном соусе	100/30	14,83	14,83	7,80	189,97
303	Каша вязкая рисовая	180	3,08	5,01	31,92	185,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
ПР	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,80	39,14	187,04
ПР	Хлеб ржаной	50	2,80	0,55	27,60	114,95
	<b>Итого</b>	<b>990</b>	<b>35,55</b>	<b>32,43</b>	<b>176,28</b>	<b>1114,86</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1655</b>	<b>68,42</b>	<b>67,53</b>	<b>247,93</b>	<b>1860,76</b>

Зав.произв

Приятного аппетита

«СОГЛАСОВАНО»  
 Директор МБОУ г. Керчи РК  
 «Школа №28 имени Героев Эльтигена»  
 Шульман З.С.

«УТВЕРЖДАЮ»  
 Генеральный директор  
 ООО «ЛАДИЯ»  
 Нечаева Л.В.

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 8 " 02 2024г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак</b> 73,71 руб					
46	Салат из белокочанной капусты с яблоками	60	0,07	3,06	6,70	54,05
290/331	Птица, тушенная в соусе	100	13,28	10,84	2,90	162,00
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,00
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,31	19,68	93,60
ПР	Хлеб ржаной	25	2,00	0,38	10,03	51,50
	<b>Итого</b>	<b>575</b>	<b>21,58</b>	<b>19,41</b>	<b>74,95</b>	<b>560,15</b>
	<b>Обед</b> 102,82 руб					
67	Винегрет овощной (лук репчатый)	60	0,84	6,02	4,37	75,04
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,68	2,84	17,46	118,25
268	Биточек из говядины с маслом	90/5	14,22	17,38	11,84	263,40
321	Капуста тушеная	80	1,65	2,59	7,54	60,00
303	Каша вязкая гречневая	80	2,44	2,67	10,94	77,60
358	Кисель из сока плодового	200	0,31		39,40	160,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,43	1,67	25,38	125,08
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	19,68	49,35
	<b>Итого</b>	<b>845</b>	<b>28,67</b>	<b>33,47</b>	<b>136,61</b>	<b>928,72</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1420</b>	<b>50,25</b>	<b>52,88</b>	<b>211,56</b>	<b>1488,87</b>

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 8 " 02 2024г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак</b> 86,03 руб					
46	Салат из белокочанной капусты с яблоками	100	0,12	5,10	11,17	90,10
290/331	Птица, тушенная в соусе	100	13,28	10,84	2,90	162,00
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,77	24,55	164,84
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,46	116,90
ПР	Хлеб ржаной	25	2,00	0,38	10,03	51,50
	<b>Итого</b>	<b>655</b>	<b>23,16</b>	<b>22,61</b>	<b>88,31</b>	<b>647,34</b>
	<b>Обед</b> 120,45 руб					
67	Винегрет овощной (лук репчатый)	100	1,40	10,04	7,29	125,10
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,68	2,84	17,46	118,25
268	Биточек из говядины с маслом сливочным	100/10	15,84	22,54	13,22	322,00
321	Капуста тушеная	100	2,07	3,24	9,43	75,00
303	Каша вязкая гречневая	80	2,44	2,67	10,94	77,60
358	Кисель из сока плодового	200	0,31		39,40	160,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,70	34,28	163,66
ПР	Хлеб ржаной	50	2,80	0,55	27,60	114,95
	<b>Итого</b>	<b>960</b>	<b>33,07</b>	<b>42,57</b>	<b>159,61</b>	<b>1156,56</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1615</b>	<b>56,23</b>	<b>65,19</b>	<b>247,92</b>	<b>1803,90</b>

Зав.произв

Приятного аппетита

1н четверг  
 янв-февр

«СОГЛАСОВАНО»  
Директор МБОУ г. Керчи РК  
«Школа №28 имени Героев Эльтигена»  
Шульман З.С.

«УТВЕРЖДАЮ»  
Генеральный директор  
ООО «ЛАДИЯ»  
Нечаева Л.В.

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 9 " 02 2024г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак 73,71 руб</b>					
50	Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	2,80	5,63	4,31	79,12
229	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,75	4,95	3,80	105,00
304	Рис отварной	150	3,65	5,38	36,68	210,00
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,31	19,68	93,60
ПР	Хлеб ржаной	25	2,00	0,38	10,03	51,50
	<b>Итого</b>	<b>575</b>	<b>22,24</b>	<b>16,65</b>	<b>94,70</b>	<b>624,22</b>
	<b>Обед 102,82 руб</b>					
75	Икра морковная	60	1,21	0,06	12,32	54,71
99	Суп из овощей	250	1,58	4,98	9,14	95,00
292/331	Птица, тушенная в соусе с овощами	225	19,59	17,34	19,35	312,00
342	Компот из свежих плодов	200	0,32	0,08	28,20	116,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,43	1,67	25,38	125,08
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	19,68	49,35
	<b>Итого</b>	<b>915</b>	<b>29,63</b>	<b>24,83</b>	<b>123,87</b>	<b>799,14</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1490</b>	<b>51,87</b>	<b>41,48</b>	<b>218,57</b>	<b>1423,36</b>

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 9 " 02 2024г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак 86,03 руб</b>					
50	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	4,67	9,39	7,19	131,90
229	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,75	4,95	3,80	105,00
304	Рис отварной	180	4,38	6,45	44,03	251,67
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,31	19,68	93,60
ПР	Хлеб ржаной	25	2,00	0,38	10,03	51,50
	<b>Итого</b>	<b>645</b>	<b>24,84</b>	<b>21,48</b>	<b>104,93</b>	<b>718,67</b>
	<b>Обед 120,45 руб</b>					
75	Икра морковная	100	2,01	0,10	20,55	91,20
99	Суп из овощей	250	1,58	4,98	9,14	95,00
292/331	Птица, тушенная в соусе с овощами	270	23,51	20,81	23,22	374,40
342	Компот из свежих плодов	200	0,32	0,08	28,20	116,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,80	39,14	187,04
ПР	Хлеб ржаной	50	2,80	0,55	27,60	114,95
	<b>Итого</b>	<b>1050</b>	<b>36,94</b>	<b>27,72</b>	<b>157,65</b>	<b>1025,59</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1695</b>	<b>61,79</b>	<b>49,20</b>	<b>262,58</b>	<b>1744,26</b>

Зав.произв

# Приятного аппетита