

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

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

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 12 " 02 2024г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак 73,71 руб</b>					
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	210	6,03	3,46	32,38	251,00
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>575</b>	<b>12,30</b>	<b>12,18</b>	<b>72,01</b>	<b>515,00</b>
	<b>Обед 102,82 руб</b>					
55	Салат из свеклы с огурцами солеными	60	0,82	3,62	3,76	50,98
98	Суп крестьянский с крупой перловой	250	1,48	4,91	6,09	76,00
268	Котлета 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
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
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>28,14</b>	<b>33,14</b>	<b>105,43</b>	<b>787,41</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1420</b>	<b>40,44</b>	<b>45,32</b>	<b>177,44</b>	<b>1302,41</b>

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

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак 86,03 руб</b>					
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	250	7,18	4,13	38,55	298,81
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>615</b>	<b>13,45</b>	<b>12,85</b>	<b>78,18</b>	<b>562,81</b>
	<b>Обед 120,45 руб</b>					
55	Салат из свеклы с огурцами солеными	100	1,42	6,03	6,28	85,00
98	Суп крестьянский с крупой перловой	250	1,48	4,91	6,09	76,00
268	Котлета из говядины с маслом	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
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
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>970</b>	<b>33,37</b>	<b>40,73</b>	<b>132,89</b>	<b>1022,59</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1585</b>	<b>46,82</b>	<b>53,58</b>	<b>211,07</b>	<b>1585,40</b>

Зав.произв

Приятного аппетита



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

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

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 13 " 02 2024г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак 73,71 руб</b>					
222/337	Пудинг из творога (запеч) с соусом	150/50	20,96	21,17	86,33	547,40
382	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	104,00
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,78	46,76
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>26,24</b>	<b>24,67</b>	<b>119,71</b>	<b>745,16</b>
	<b>Обед 102,82 руб</b>					
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
229	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,75	4,95	3,80	105,00
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,00
342	Компот из яблок	180	0,14	0,14	25,09	102,61
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>22,60</b>	<b>20,57</b>	<b>117,20</b>	<b>706,42</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1340</b>	<b>48,84</b>	<b>45,24</b>	<b>236,91</b>	<b>1451,58</b>

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

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак 86,03 руб</b>					
222/337	Пудинг из творога (запеч) с соусом	200/50	30,29	28,25	55,91	598,65
382	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	104,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,46	116,90
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>37,94</b>	<b>32,05</b>	<b>103,97</b>	<b>866,55</b>
	<b>Обед 120,45 руб</b>					
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
229	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,75	4,95	3,80	105,00
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,77	24,55	164,84
342	Компот из яблок	180	0,14	0,14	25,09	102,61
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>930</b>	<b>25,76</b>	<b>23,24</b>	<b>145,36</b>	<b>892,06</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1510</b>	<b>63,70</b>	<b>55,29</b>	<b>249,33</b>	<b>1758,61</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 " 14 " 02 2024г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак 73,71 руб</b>					
21	Салат из соленых огурцов с луком репчатым	60	0,51	3,03	1,55	35,45
143	Рагу из овощей	155	2,64	14,67	12,87	196,50
294	Котлета куриная с маслом сливочным	90/5	17,36	9,50	16,14	220,00
379	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88,00
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>28,35</b>	<b>30,39</b>	<b>73,87</b>	<b>685,05</b>
	<b>Обед 102,82 руб</b>					
ПР	Икра кабачковая конс.	60	1,64	4,31	8,73	80,26
99	Суп из овощей	250	1,58	4,98	9,14	95,00
284	Запеканка картофельная с мясом	200	23,30	29,25	34,72	455,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
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>890</b>	<b>34,11</b>	<b>41,00</b>	<b>139,46</b>	<b>984,69</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1465</b>	<b>62,46</b>	<b>71,39</b>	<b>213,32</b>	<b>1669,74</b>

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

№репц	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак 86,03 руб</b>					
21	Салат из соленых огурцов с луком репчатым	100	0,85	5,05	2,58	59,10
143	Рагу из овощей	180	3,12	13,25	15,36	196,20
294	Котлета куриная с маслом сливочным	100/10	17,44	16,76	16,28	286,00
379	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88,00
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>30,16</b>	<b>38,43</b>	<b>82,31</b>	<b>797,70</b>
	<b>Обед 120,45 руб</b>					
73	Икра кабачковая	100	2,73	7,19	14,55	133,80
99	Суп из овощей	250	1,58	4,98	9,14	95,00
284	Запеканка картофельная с мясом	255	25,16	28,22	31,26	472,50
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
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>1025</b>	<b>38,86</b>	<b>42,12</b>	<b>158,64</b>	<b>1159,91</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1680</b>	<b>69,02</b>	<b>80,56</b>	<b>240,95</b>	<b>1957,61</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 " 15 " 02 2024г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак 73,71 руб</b>					
52	Салат из отварной свеклы	60	0,85	3,61	4,96	55,67
255/332	Печень по-строгановски с соусом	100	13,26	11,23	3,52	185,00
303	Каша вязкая гречневая	150	4,58	5,00	20,52	145,00
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00
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>690</b>	<b>24,20</b>	<b>20,95</b>	<b>83,51</b>	<b>637,77</b>
	<b>Обед 102,82 руб</b>					
70	Огурцы соленые	60	0,48	0,06	1,02	6,00
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	104,00
262 2011г	Биточек, запеченный из рыбы с творогом	90/5	6,12	6,30	28,96	143,81
303	Каша вязкая рисовая	150	2,56	4,17	26,57	154,00
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
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>740</b>	<b>18,49</b>	<b>17,42</b>	<b>132,74</b>	<b>667,24</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1430</b>	<b>42,69</b>	<b>38,37</b>	<b>216,26</b>	<b>1305,01</b>

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " \_\_\_\_ " \_\_\_\_ 2024г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак 86,03 руб</b>					
52	Салат из отварной свеклы	100	1,41	6,01	8,26	92,80
255/332	Печень по-строгановски с соусом	100	13,26	11,23	3,52	185,00
303	Каша вязкая гречневая	180	5,50	6,01	24,65	174,78
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00
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>760</b>	<b>25,68</b>	<b>24,36</b>	<b>90,94</b>	<b>704,68</b>
	<b>Обед 120,45 руб</b>					
70	Огурцы соленые	100	0,80	0,10	1,70	10,00
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	104,00
262 2011г	Биточек, запеченный из рыбы с творогом	100/5	9,06	6,59	32,14	156,00
303	Каша вязкая рисовая	180	3,08	5,01	31,92	185,00
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
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>965</b>	<b>24,86</b>	<b>17,97</b>	<b>163,63</b>	<b>841,99</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1725</b>	<b>50,54</b>	<b>42,33</b>	<b>254,57</b>	<b>1546,67</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 " 16 " 02 2024г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак 73,71 руб</b>					
75	Икра морковная	60	1,21	4,80	12,32	54,71
279/331	Тефтели из говядины (2 вариант) с соусом сметанным с томатом	90/50	10,75	11,19	12,40	192,97
309	Макаронные изделия отварные	150	5,51	4,52	26,45	168,00
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>615</b>	<b>23,50</b>	<b>21,19</b>	<b>101,08</b>	<b>645,78</b>
	<b>Обед 102,82 руб</b>					
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	0,99	2,47	4,38	43,73
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,68	2,84	17,46	118,25
292/331	Птица, тушеная в соусе с овощами	225	19,59	17,34	25,35	312,00
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>795</b>	<b>29,88</b>	<b>24,73</b>	<b>114,82</b>	<b>755,52</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1410</b>	<b>53,38</b>	<b>45,92</b>	<b>215,90</b>	<b>1401,30</b>

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " \_\_\_\_ " \_\_\_\_ 2024г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак 86,03 руб</b>					
75	Икра морковная	100	2,01	0,10	20,55	91,20
279/331	Тефтели из говядины (2 вариант) с соусом сметанным с томатом	90/50	10,75	11,19	12,40	192,97
309	Макаронные изделия отварные	180	6,63	5,42	31,77	202,34
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>685</b>	<b>25,43</b>	<b>17,40</b>	<b>114,63</b>	<b>716,61</b>
	<b>Обед 120,45 руб</b>					
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,65	4,12	7,29	72,90
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,68	2,84	17,46	118,25
292/331	Птица, тушеная в соусе с овощами	270	23,51	20,81	23,22	374,40
352	Кисель из яблок	180	0,09	0,11	22,58	107,11
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>930</b>	<b>37,05</b>	<b>29,23</b>	<b>137,29</b>	<b>974,65</b>
	<b>ВСЕГО за день</b>	<b>1615</b>	<b>62,48</b>	<b>46,63</b>	<b>251,92</b>	<b>1691,26</b>

Зав.произв

Приятного аппетита

2н пятница  
 янв-февр