

МКОУ ХМР ООШ д. Ягурьях



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор школы  
 М.М. Колдашев  
 « 13 » Апреля 2021 г.

МЕНЮ Школы на « 14 » Апреля 2021 г

Неделя: первая  
 День: Среда

ТК №	Наименование блюда	ВЫХОД		ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ						ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	
		7-11 лет	от 12 лет	Б		Ж		У			
	<b>ЗАВТРАК</b>										
	Омлет с зеленым горошком	100	100	8,15	8,15	10,09	10,09	10,51	10,51	165,00	165,00
9	Чай с сахаром	200	200	0,12	0,12	0,00	0,00	12,04	12,04	48,64	48,64
14	Хлеб пшеничный с маслом	30/10	30/10	2,34	2,34	8,5	8,5	14,84	14,84	145,3	145,3
	<b>ОБЕД</b>										
	Салат из капусты с огурцом	60	100	0,72	1,20	0,04	0,07	1,88	3,13	11,20	18,67
33	Суп картофельный с рыбными конс.	200	250	6,89	8,61	6,72	8,40	11,47	14,34	133,80	167,25
47	Гуляш из отварной говядины	90	100	10,82	12,02	9,31	10,34	2,97	3,30	141,75	157,50
	Перловка отварная	140	140	3,25	3,25	6,01	6,01	28,70	28,70	171,02	171,02
58	Сок	180	180	1,20	1,20	0,00	0,00	30,48	30,48	132,00	132,00
15	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	2,28	0,24	0,24	14,76	14,76	70,5	70,5

Кладовщик:  Потеряева А.Д.

Повар: \_\_\_\_\_ Доненко О.А

4МКОУ ХМР ООШ д. Ягурьях



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор школы  
 М.М. Колдашев  
 «13» Апреля 2021 г.

МЕНЮ Детского сада на «14» Апреля 2021 г

Неделя: первая  
 День: Среда

ТК №	Наименование блюда	ВЫХОД		ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ						ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	
		до 3 лет	3-7 лет	Б		Ж		У			
	<b>ЗАВТРАК</b>										
	Омлет с зеленым горошком	60	80	4,89	6,52	6,05	8,07	6,31	8,41	99,00	132,00
9	Чай с сахаром	180	180	0,11	0,11	0,00	0,00	10,84	10,84	43,78	43,78
14	Хлеб пшеничный с маслом	30/10	30/10	2,34	2,34	8,5	8,5	14,84	14,84	145,3	145,3
	<b>ОБЕД</b>										
	Салат из капусты с огурцом	30	50	0,36	0,60	0,02	0,04	0,94	1,57	5,60	9,34
33	Суп картофельный с рыбными конс.	140/10	170/10	5,17	6,20	5,04	6,05	8,60	10,32	100,35	120,42
47	Гуляш из отварной говядины	50	70	6,01	8,41	5,17	7,24	1,65	2,31	78,75	110,25
	Перловка отварная	90	120	2,09	2,79	3,86	5,15	18,45	24,60	109,94	146,59
58	Сок	150	150	1,00	1,00	0,00	0,00	25,40	25,40	110,00	110,00
15	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	2,28	0,24	0,24	14,76	14,76	70,5	70,5
	<b>ПОЛДНИК</b>										
64	Блины со сгущенным молоком	40/10	50/20	2,11	2,64	2,54	3,18	17,24	21,55	100,28	125,35
	Чай с сахаром	150	150	4,42	4,42	3,95	3,95	7,43	7,43	82,16	82,16

Кладовщик:  Потеряева А.Д.

Повар: \_\_\_\_\_ Доненко О.А