

МБОУ «Шумячская СШ им. В.Ф.Алешина»

Утверждаю
Директор школы И.Н. Кухаренкова

МЕНЮ на 20.11.2023г.

| Горячий завтрак 1-4 классы (70,11 руб.) | Вес порции (г) | Калорийность порции |
|---|----------------|---------------------|
| Фрикадельки в соусе | 90/30 | 185 |
| Рис отварной | 150 | 228 |
| Чай с сахаром | 200 | 58 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 71 |
| груша | 209 | 60 |
| Обед в ГПД (60,00 руб.) | | |
| Суп картофельный с крупой | 250 | 120 |
| Окорочок жареный | 70 | 124 |
| Макаронные изделия отварные | 100 | 163 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 124 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 71 |

МЕНЮ на 21.11.2023г.

| Горячий завтрак 1-4 классы (70,11 руб.) | Вес порции (г) | Калорийность порции |
|---|----------------|---------------------|
| Поджарка | 75/20 | 150/100 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 244 |
| Чай с сахаром | 200 | 58 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 71 |
| Сок фруктовый в упаковке | 200 | 64 |
| Обед в ГПД (60,00 руб.) | | |
| Суп картофельный с бобовыми | 250 | 167 |
| тефтели | 50 | 92 |
| Капуста тушеная | 100 | 75 |
| Кисель из концентрата | 200 | 118 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 71 |

МЕНЮ на 22.11.2023г.

| Горячий завтрак 1-4 классы (70,11 руб.) | Вес порции (г) | Калорийность порции |
|---|----------------|---------------------|
| Биточки | 100 | 180 |
| Макаронные изделия отварные | 100 | 163 |
| Кофейный напиток | 200 | 109 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 71 |
| Салат из свежих помидоров | 50 | 64 |
| Обед в ГПД (60,00 руб.) | | |
| Щи | 250 | 86 |
| Рыба жареная | 30 | 165 |
| Каша гречневая вязкая | 100 | 120 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 142 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 71 |

МЕНЮ на 23.11..2023г.

| Горячий завтрак 1-4 классы (70,11 руб.) | Вес порции (г) | Калорийность порции |
|---|----------------|---------------------|
| Рыба жареная | 50 | 109 |
| Каша гречневая вязкая | 100 | 120 |
| Чай с сахаром | 200 | 58 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 71 |
| апельсин | 240 | 72 |
| Обед в ГПД (60,00 руб.) | | |
| Суп с макаронными изделиями | 250 | 121 |

| | | |
|-----------------------------|-------|-----|
| Поджарка | 50/15 | 100 |
| Картофель тушеный | 100 | 121 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 124 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 71 |

МЕНЮ на 24.10..2023г

| Горячий завтрак 1-4 классы (70,11 руб.) | Вес порции (г) | Калорийность |
|--|-----------------------|---------------------|
| Капуста тушеная | 100 | 184 |
| Котлета домашняя | 110 | 180 |
| Какао с молоком | 200 | 190 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 71 |
| Сок фруктовый в упаковке | 200 | 68 |
| Обед в ГПД (60,00 руб.) | | |
| Суп из овощей | 250 | 110 |
| Бифштекс рубленный | 50 | 78 |
| Рис отварной | 100 | 152 |
| Кисель | 200 | 104 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 71 |

МБОУ «Шумячская СШ им. В.Ф.Алешина»

Кухаренкова

Директор школы



И.Н.

МЕНЮ на 20.11.2023г.

| Горячий завтрак 5-11 классы (60,00 руб.) | Вес порции (г) | Калорийность порции |
|--|----------------|---------------------|
| Фрикадельки в соусе | 90/30 | 185 |
| Рис отварной | 150 | 228 |
| Чай с сахаром | 200 | 58 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 71 |

МЕНЮ на 21.11.2023г.

| Горячий завтрак 5-11 классы (60,00 руб.) | Вес порции (г) | Калорийность порции |
|--|----------------|---------------------|
| Поджарка | 50/15 | 100 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 244 |
| Чай с сахаром | 200 | 58 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 71 |

МЕНЮ на 22.11.2023г.

| Горячий завтрак 5-11 классы (60,00 руб.) | Вес порции (г) | Калорийность порции |
|--|----------------|---------------------|
| Биточки | 100 | 180 |
| Макаронные изделия отварные | 100 | 163 |
| Кофейный напиток | 200 | 109 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 71 |

МЕНЮ на 23.11..2023г.

| Горячий завтрак 5-11 классы (60,00 руб.) | Вес порции (г) | Калорийность порции |
|--|----------------|---------------------|
| Рыба жареная | 50 | 109 |
| Каша гречневая вязкая | 100 | 120 |
| Чай с сахаром | 200 | 58 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 71 |

МЕНЮ на 24.11.2023г

| Горячий завтрак 5-11 классы (60,00 руб.) | Вес порции (г) | Калорийность порции |
|--|----------------|---------------------|
| Капуста тушеная | 100 | 184 |
| Котлета пожарская | 110 | 180 |
| Какао с молоком | 200 | 190 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 71 |